明治四十五年三月二十日發行

婦人衛生雜誌

第二百六十八號

婦人衛生雜誌

第二百六十八號目次

講演

叢談

育兒

家庭衛生

質疑

雜報

廣告

總會並春季懇親會通知

來三月二十日(第五土曜日)午後一時より淺草區向柳原町松浦伯爵邸に於て本會總會を兼ね春季懇親會相催し候間御家族御知友御同伴御來會被下度此段豫め御通知申上置候

一、會費。懇親會費として金五拾錢、御同伴者亦同じ

一、徽章 當日は必ず御忘なく御佩用の事

一、服裝 隨意

一、履物。園内は靴、草履、駒下駄の外御使用なき事

○御出席の有無は三月二十七日迄に本會事務所宛御一報被下度御同伴有之候はゞ其御人數共

○電車は美倉橋又は左衛門橋御降車を便とす

若し當日雨天にして正午に至るも晴れざる時は翌二十一日に繰延べ二十一日は晴雨に拘らず擧行候事

明治四十五年三月

私立大日本婦人衞生會

前髪心の覇王　美人印ヘーヤロール

弊店製造の特許ヘーヤロールは原料を遠く濠洲に仰ぎ新歸朝者美容術界の明星たる岡崎エン子女史が此國への土産として持ち來りしものに大改良を加へ衞生と經濟とを兼備したる逸品なる事貴婦人界既に定評あり

ヘーヤロール前髪心壹個の目方

壹尺	中	貳匁四分
壹尺貳寸	大	三匁四分
壹尺五寸	極大	五匁五分



講演

哺乳兒榮養上の注意

醫學士　宇都野研

人間の各年齡に於ける死亡の割合をとりしらべて見ますると、生れてから十五歲まで、即ち小兒期の間に死ぬ者が全死亡者數の約半分に當りて居ります。又滿一箇年以內に死ぬ者の數は、全死亡者の約三分の一に當りて居ります。斯く哺乳兒期には驚くべき多數の死亡數を示して居りまするが、如何なる病氣が最も多く哺乳兒の生命を奪ふかといふ事を調べて見ますると、三分の一强は腸胃の病氣の爲めに斃されます。其他皆さんは肺炎の樣な病氣で亡なる者も多からうとお考になりませうが、呼吸器病一切をくるめて十分の一位にしか當りません。其他實布的里、麻疹、猩紅熱、疫咳等で死ぬ者は、全體合して二十分の一位にしか當りません。

斯く哺乳兒期は最も多くの死亡者を出し、其死因の大原因は腸胃病でありまするが、其腸胃病は榮養の仕方と密接の關係あるものであるといふ事は、次の表を御覽になるとよくわかります。

幼兒千人に付き其榮養の種類と健康とを調査したる成績

	よく發育せしもの	生後三年以內に死せしもの
母乳にて養ひたるもの	六百十八人	八十二人
乳母乳にて養ひたるもの	二百六十八人	百八十人
牛乳等にて養ひたるもの	九十人	五百十人

此表を御覧になれば、母乳榮養と牛乳榮養との間には其成績に非常な相違があつて發育と死亡との關係が丁度反對になつて居る事がお氣付きになるでせう。先づ母乳で榮養する場合の二三の注意を述べませう。

一、●●●母乳榮養　母乳で榮養する場合には、別段やかましい、注意はありませんが、僅かの原因で乳をやめるのを往々見うけるのは、間違がつた事と思ひます。母乳をやめなくてはならぬ場合はよくよくの例外で、注意深い醫師のさしづによつて決しなくてはなりません。小兒が産れて一晝夜經たらば乳房に付けて見る、それまでに若し乳を欲しがつたならば、番茶を「サツカリン」で味をつけたものを極く僅か與へます。若し乳房につけてもよく哺乳しなつかた時には、一二時間毎に繰返して哺乳させて見る、すると多くの場合には普通に哺乳が出來るようになります。乳が普通に出るやうになつたならば、哺乳の度數は一日五六回に減らすのが適當であります、泣く度に乳を與へるのはわるい習慣であります。母乳を飲んで居る小供のお腹を傷めるのは、平常大抵哺乳が不規則であるからであります、小供が哺乳する時間は大抵十五分前後で、よく出る乳であつたならば、哺乳後滿足してすやすやと眠るものであります。若し二十分も經ても乳房を離さぬやうであつたならば、乳の出方が不十分ではないかといふ疑が起ります。乳の出方が十分であるかどうかといふ事を極く簡單に知るのには、小供の小便の度數に注意するので、一年以下では大抵一日十回より少ない事は少ないものですから、乳母などを置いた場合に小供の小便の度數があまり少なかつたならば、乳の分量が不足ではないかといふ事に注意せねばなりせまぬ。然し確實に乳の分量を知るのは、哺乳の前後に小供の體量を測りて、其差より計算するものでありまするから、これには精密なる衡が要りまするし、且つわづらはしくありまするから、一週間か十日毎に目方を測りて、だんだん增加してゆくならば、乳の量が

十分であるといふ證據になります、小兒の體重は最後百五十瓦乃至二百瓦位減じ、約二週間位迄に生れた時の目方に達します。それより以後はだんだん增加して行くもので、最初には一日二十瓦以上三十瓦以內、一年の終りには十瓦內外一日に增加するのであります、たとへ少しの下痢などがあつても、體重が今いふたやうに增加して行けば、非常な心配の事ではないのであります。

乳は十分に飲み干さねば十分の分泌が起らぬものでありますから、兩方の乳房を一時に飲ませるのは、宜しくありませぬ、なるべく一方の乳房だけですまし、それでたらぬ時に他の乳房を與へるのがよろしい、而して一回每に左右の乳房を取換へて飲ませます。若し小兒が虛弱であつて、乳の出方が多く、十分に飲み干せぬ場合には、殘りを他の小供に飲みほさせねば、乳はだん／＼に出ない樣になります。

今のやうな方法で乳を飲ませても、乳の分量が不足である場合には牛乳で補ひます。此場合に牛乳と母乳とを一處に與へますと、飲んだ乳の分量がよくわかりませんから、母乳を與へる時には母乳ばかり、牛乳を與へる時には牛乳ばかり與へた方が宜しい、然し乳の分泌は需用の減ずるにつれて增々減じて行くものでありますから、なるべく母乳ばかりでやるといふ決心でかゝらねばなりません。

乳を與へて居る母親は、日常の通りの生活をして差支ありません、唯過度な勞働と安逸とを避けねばなりません、特に上流の婦人や乳母などは、安逸を貪る爲めに乳の出なくなる事が往々あります。食物も六ケ敷き注意はいりません、食物によつて乳の成分や分量が變るといふ事は殆どないものを思つて居て宜しい、何でも好きな物を腸胃を害せぬ程度に飲食して差支ありません「アルコホル」は多量に食めば乳の中へ極く僅か出て來ます。

母親が自分の乳を與へてはならぬのは、重い結核などのある時の事で、其他の病氣は絕對に乳を廢めなくてはならぬと云ふのではありませぬから、醫師の

さしづを受けぬ内は、漫りに牛乳などを用ひてはなりません。

乳母を傭ひ入れるのに、體格や乳は醫師の檢査をうくる事は勿論でありまするが、小供の年齢と乳母の小供の年齢と一致するといふ必要はありませぬ、唯健全で乳のよく出る者なればそれでよろしい、傭入れて後は今までの通りの生活をさするが宜しい、美食を與へたり樂にさすると乳が出ぬやうになるから、十分働かすが宜しい。

母乳で榮養すれば、斯く安全なものでありますけれど、一年以上も母乳ばかりで養つて居りますると、皮膚の色は蒼白くなり、筋肉が軟かくなりて來まするから、久しく母乳ばかりを與へて置くといふ事はよい事ではありません、それ故略ぼ八ヶ月頃から、乳の他に一回位「ソツプ」「オモユ」のやうな物を與へて、だん〳〵に粥、「オジヤ」のやうな物に進んで行きます。粥や「オジヤ」になれば、一度の乳を廢して一回の食餌と致します。其他の母乳はだん〳〵に牛乳に換へます。これは所謂乳ばなれといふ事を行ふので、微細な事は醫師のさしづをうけねばなりませぬ。

二、**人工榮養**　人工榮養の成績の不良である事は前に述べた通りであります。それ故人工榮養は母乳で養ふ事が出來ず、それかといつて乳母を雇ふたり、貰ひ乳をしたりする事も出來ぬ場合には止を得ず行ふのであります。單に人工榮養といへばだれでも直に牛乳を聯想しまするが、實際一番牛乳が廣く行はれて居ります、牛乳の成分は人乳と違て居ります、然し色々人工を加へて成分の比例を人乳と同様にしてみても榮養の結果はやはり不良であります。それ故人乳と牛乳との間には、單に各成分の比例が違ふといふ様な簡單な事でなく、何か未だよくわからぬ點に相違があるにちがひありません。成分の相違の他に、牛乳の中には不潔物や、乳を分解する黴菌が混じて居りますし、搾つてから小供の哺乳するまでに、時間が經て居るといふ損があります。牛乳屋か

ら運んで來た乳の良否を家庭で簡單に見わけるによい方法はありません、唯其外觀や、味や臭氣や、試しに煮たりなどして、大凡の見當をつけるより他に道がありませんから、信用すべき牛乳屋より、取りよせた乳を使用するより仕方がありません、牛乳屋から乳を運んで來たならば、早速牛乳罎に一回分宛の分量を調合し砂糖を加へます、此の場合に使用する瓶は角のないのが清潔にする上から便利であります。又乳の分量に多い少ないがありますから、從つて罎にも大小色々なのをそろへて置くと便利である、なぜならば二百瓦はいる罎に三十瓦や四十瓦位入れて消毒すると、さます時に強い陰壓の爲めに、護謨栓が罎の中へ落ち込みてしまうからであります。已に罎へ入れたならば護謨栓をし、金具をはめて「ソキスレット」の防腐器に入れて消毒する事を御存じでありませうが、消毒する時間は湯氣が出てから五分乃至十分迄で十分であります。消毒がすめばすぐに防腐器を火からおろす、此場合に乳を蒸すといふて、蓋をしたまゝ暫く防腐器の中に入れたまゝ置く人がありますが、これは間違で、すぐ防腐器から蓋と共に牛乳罎を取り出す、少しく冷えた所でお櫃の蓋のやうな淺い桶に入れ、水道の栓の下へ持て行き、絶えず水が桶からあふれる様に水を出して置きます、それから必要に應じて牛乳罎を取り出し、湯で少しく温めて小供に與へます。こゝに注意せねばならぬ事は、已に變敗した乳を、消毒してもやはり飲用に適せぬ事です、つまり消毒するといふ事は、熱に弱い微菌を殺し、高熱に堪ゆるものゝ再び增加せぬ樣に冷やして置くので、已に微菌によりて變化したる乳をよい乳とする事は出來ません。小供に哺乳させる時の吸口は、昔から使つて居る長い護謨のつきたものは、消毒に不便であるから、今では使ひません、其代りに直接に罎の口にはめる護謨を使ひます、此の形にも色々ありますが、完全に裏がへす事が出來て、消毒に便な物が宜しい、罎の掃除は、哺乳後直にするがよい、若し忙がしい時に

は、お湯を入れて置くが宜しい、罎を洗ふ目的で作つた「ランプ」掃除に使ふ樣な道具がありまするが、之れは柄が金屬ですから罎の口をいためます、罎の口が少しでもいたむと護謨が吸ひつかなくなりまするから、これは使はぬが宜しい、一番よいのは、砂利と曹達と湯とを適宜に入れて、口に手をあてゝよく罎をふりまするど、きれいに取れます、それからよく水で清め逆さまにして乾かして置くのです。冬の寒い時候には、一日の乳を一度に消毒して置けばよいけれど、夏ならば、朝夕に別ちて消毒せねばいけません、牛乳を煮ないで、生のまゝ與へる方法が效能がある樣に思ふ人もありまするが、之れは危險なだけで利益はありません。

小供が生れると、直に全乳を飲ませて見た人があるが、下痢を起し易いから、やはり從來の樣に生後七ケ月頃迄は薄めた乳を使ひます、其薄め方や、分量は表を御覧になるとわかる。但し小供の腸胃には大變強い弱いがありまするから、此表を墨守しないで、色々に醫師のさしづをうけて變更せねばなりません。唯一つ注意して置かねばならぬ事は、牛乳の一日量は、たとへ滿一年になつても千瓦(五合)を越えてはならぬ事です、なぜならば、母乳で育てゝ居る小供でも一日に千瓦以上飲むといふ事はありませんから、哺乳兒の一日の液體の需用といふものは、略千瓦までとせられて居るのでありまして、これだけの牛乳で發育の出來ぬ頃には、小兒は已に他の食物を食べ始め、其助けによりて生理的の發育をとぐるのであります。

牛乳を薄める爲めに、其内に含まるゝ養分が減じまするから、砂糖を入れて、其損失を補ふ事が一般に行はれます、砂糖を入れるのは乳の味をよくする爲めと思ふのは間違であります。砂糖の種類は色々ありますが、腸胃を害した場合には、特に滋養「マルトーゼ」滋養糖の樣な物が宜しい、又乾いた兎の糞の樣な便を漏して、體重の増さぬ時は、「マルツ」汁越幾斯を使ふ、之れを三ケ月以下の小供に使ふ場合

には、極く小量より試すが宜しい、砂糖の分量は表を御覧なさい、腸胃を傷めた場合には、牛乳を薄め、其分量も砂糖の量も減らすのですが、これは醫師のさしづをうけねば危険です。

普通薄めた乳に砂糖を入れて飲ませまするさ、目方が増して行くいですが、體重が或時期から増し方がわるくなる事がある、此場合に砂糖の他に穀物のひいた物を入れます、これを作るには、石臼で穀物をひくのですが、少しづゝ入れてひくさ粉が出る、澤山一度に入れてひくさ引割が出て來ます、この引割を百瓦の水に二瓦か三瓦の割合に入れて、弱い火で一時間煮て「ガーゼ」二枚合して漉した物を粘滑汁さ名附け、生後一ヶ月の終りから、滿三ヶ月頃迄の哺乳兒の乳を薄めるのに水に換へて使ひます、又粉は今申した様な分量に、お湯を少しづゝ入れてかきまはして溶かし、これを二十分間煮て、四ヶ月以後の小供の乳を薄める料に致します、これに使ふ穀類は燕麥、小麥、米等が主な物であります。此の穀物を使用すれば、小兒粉（ミルクフード）の様な物を使ふ必要はありません。

牛乳で榮養する場合略八九ヶ月の頃からソップ一、一才モ二一、粥の様なものを始めます。

健康哺乳兒[illegible]表

[illegible]齢	一日[illegible] 一回分量	一日[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
一日 [illegible]					
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	120	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	150	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]週	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

叢談

獨逸の婦人

在獨逸ハルレイ　醫學士　河島右一

余は獨逸に留學してから今日迄、日が淺いので十分精密の觀察を遂げることは出來ないが、其觀察の一端として、殊に余は產科婦人科であるので獨逸の婦人狀態に關して、觀察の端を開いたのである。玆には獨逸婦人の狀態に關しては、余は主として其長所として日本婦人が學ぶ可き點をのみ述べて、其短所たる學ぶ可からざる點は少しも述べず、更に日本婦人が其長所をのみ取りて、一歩なりとも向上し得る資料となる點のみを述べようと思ふ。總て何事にも長所と短所がある。東西兩洋の婦人の狀態においても、各其特點として學ぶ可き點があると共に、他一面に其缺點として學ぶ可からざる、其婦人自身にも缺點は見認めて居ても、多年の習慣上之を廢することの出來ない點もあるのである、それであるから獨逸の婦人にも其長所のある丈け、又其短所があるのであるから、其短所は之れを學ぶ可き必要はなく、却て向上を遮げる譯であるから之を述べる必要はないと思ふ、それであるから殊に獨逸の婦人の狀態として、日本婦人が學ぶに足る價値のある其長所丈を參考のために述べようと思ふ。

先づ第一に身體に關して少しく述べようと思ふ、余が最初獨逸の地に入りて市中を散步した際において最も注意を惹起したのは獨逸婦人の姿勢の良い事である。一般獨逸人は男女共に其體軀は日本人より稍大い樣に思はれ、中には非常に特別に大きものもあるが、大體においては日本人に比して稍や大きいか又は相等しき樣である、男子の姿勢は種々あつて、立派な姿勢を保て居る人もある、又中には觀るに忍びざる惡しき姿勢を保つものもある、男子の姿勢に

ついては別に感服する程の事もないが、女子(婦人)の姿勢の立派な點にをいては大に學ぶ可き點があらうと思ふ。獨逸婦人の姿勢は前に屈する樣なこともなく、又後に傾く樣の事もなく正準に眞正の姿勢を保つて居る、之れは或特種の階級の人にのみあるかと云ふにそうでない、其階級の總てを通じ下女の樣のものから、貴族婦人に到る迄皆之の立派な姿勢を保つて居る。姿勢の悪しき婦人を觀ようと思つても、中々稀れで觀ることが出來ない位である、中には病氣の爲めに其姿勢の悪いものもあるが之れは例外である、要するに總て階級を通して立派な姿勢を保て居る、之れは如何なる理由によりて之の立派な姿勢を保つことが出來るか、又之をなし得る習慣をなしたのであるかと云ふに、之れには種々の條件が存在して居るかも知れぬが、余の觀察によれば、之れは歐洲に古來傳はる處の舞蹈が大なる力を有するものであると思ふ、之の舞蹈なるものは小學時代より高等女子校時代にかけて舞蹈に似たる運動を奬勵して居る、大概十八歳頃に高等女子校を卒業することになるのであるから、純粹の舞蹈なるものは十八歳後において正式に練習するのである、之の舞蹈は主として身體の各關節が滑達になる點に有效なもので、主として關節の圓滿の發達を助けるものである、之れが直接身體の姿勢を正しくするに多大の助けを與ふるもので、之れに加へて婦人自身も、自分の姿勢を良くすることに注意する結果から、多年の練習の爲めに、終に立派なる婦人の姿勢を保つことが出來るのであると思ふ。今日日本にをいても婦人の姿勢改良策として、學校にをいて舞蹈に類似した運動が行はれて居る樣であるが、之れを一層進めて婦人自身も務めて自分の姿勢の改良に注意して、正準の姿勢を保つ樣に心懸けた方が良からうと思ふ、婦人の美と云ふ點にをいても、其姿勢の良否は大關係を有するものであるから、之の姿勢なる點については日常、特に注意す可き點であらうと思ふ、若年の時代にをいて之の修養を怠らなかつたならば、老年とな

つて腰の屈る樣なことも少く、終り迄姿勢の美を保つことが出來る、獨逸にて六十歲七十歲の老婦人でも腰を屈て居る婦人を見ることは稀であるは、一つは年少時代の修養の結果であらうと思ふ。

第二、●衣服●　之の衣服に關しては、古來の習慣が相異して居るからして、直に之を應用することは出來ないからして、其大體を述べて其取捨て定め、日本婦人にして古來の習慣に反せず、學ぶに足る可き點はよろしく之を取る樣にしたらよからうと思ふ。先づ頭髮の關係について述べると、日本婦人は古來頭髮其ものを以て直に身體の美をなす飾として、之を用ゐ如何にせば美觀を與へることが出來るかに苦心したものである、それであるから古來各朝各時代を通じて、種々の頭髮の結び方、之れに附隨したる種々の飾物があるのである、乍去獨逸の婦人は其頭髮其ものを直に用ゐて美を添ようとはせずして、度外視して主として帽子を戴せ之れによりて頭の美を作る樣になつて居る、頭髮は其帽子を保持する處の一種の道具に過ぎないのである、之れは西洋古來の習慣の相異の點である、獨逸婦人はそれであるから帽子には種々の苦心をして居る、其形狀其裝飾の點にをいても色々あるのである、之の帽子は針を以て頭髮に刺して之を固定する樣になつて居る、之の帽子については日本婦人の頭髮の結方、簪や櫛等に苦心すると等しく餘程苦心して居る樣である、要するに獨逸の婦人は頭を飾るに帽子を以てするのと、日本婦人は其固有の頭髮の美を利用して愈其美を發揚するに務めるとの相異である、之れは古來の習慣の相異にはあるが余の考では之れは獨逸婦人の帽子よりは日本婦人の頭髮の美を重んずることが遙かに勝て居るものと思ふ。獨逸婦人が帽子の好嗜によりて其婦人の品性を觀察することが出來るが如く、日本婦人の結髮の狀態も大に注意して其品性の觀察を誤られぬ樣にせねばならぬ、殊に日本婦人の結髮は之れによりて結婚者未婚者を區別し、又其階級をも區別し得るのであるから、獨逸婦人の帽子に苦心すると

等しく、日本婦人も其結髮に注意し苦心せねばならぬことゝ思ふ、徒らに世の流行を追つて其品性を傷くる様の事のなき様に注意す可きものと思ふ。

次に著物である、其著物の形狀、仕立方は西洋古來の習慣が相異して居るから、之れは論外として元來獨逸人は驚く可き程節儉の氣風に富んで居るので、之れが著物の上に及ぼして居るのと、又美的觀念の發達上よりして著物の點にをける趣味が大に異なつて居ると思ふ。獨逸婦人の日常の著物を觀察すると獨逸婦人は日常は決して立派な絹物を著するものは殆んど稀れである、可及的廉價で觀た處が立派な優美な品質を撰んで著物を作るのである。例へば一寸一見絹の様に見るもので極廉價のものを用ゐる習慣がある、之れに反して晴著には相當の高價のものを用ゐるのである、之れは西洋同一である、それであるから呉服店にをいて婦人日常の著物は、却て男子の著物よりは比較的廉價である様に思はれる、之れは大に學ぶ可き點であつて著物は生活上須要の位置を占むるもので、之れを華美にすると從つて他の點にも大影響をするのが常であるからして、之の點にをいては大に注意す可きものであると思ふ。之の習慣は一方婦人の美と云ふ點は、生活上の關係にをいて大に重視す可き點と思ふ、日常の著物にをいて高價の衣類を著することは元より取る可き點でないは勿論であるが、可及的廉價で丈夫な、美觀を添ふるに足る可き品質を選ぶことは最も取る可き習慣と思ふ、又獨逸婦人は決して日常の著物は勿論、晴著の或者にをいては仕立屋に之を托することはせない、皆必ず婦人自身が仕立るのである、自分の著物のみならず主人小供の著物は皆自分が仕立てるのである、之れ等も亦大に學ぶ可き點で徒らに仕立屋に裁縫を托することは、一方婦人の天職を忽にすると同時に經濟上に大に考ふる可き價値のあることと思ふ。

次に獨逸婦人にをいて、余の眼に異様に映したのは婦人の著物の薄著の點である、獨逸は勿論何れの國

にても夏季にをいて薄著をするのは之れは普通であるが、獨逸の婦人は冬季にをいても、尚薄著を續けて居る、四季何れの季にをいても薄著である、之れは日本婦人とは少しく趣を異にする點であると思ふ、獨逸婦人が何故に斯く四季に通じて薄著をするかと云ふに、之の習慣は二十歳三十歳頃の血氣盛なる時代にをいてのみならず、幼年時代及大多數の婦人では四十歳五十歳六十歳の齡に達するも、尚之の習慣を繼續し得るものがある、之の習慣は一朝一夕に成就す可きものではない、幼年時代より之の習慣を養ひ來た結果であると思ふ、幼年の少女は吾人の想像以外の薄著をして居る、斯くして漸次薄著に慣れ愈ゝ生長し、愈ゝ之の習慣を養ふて寒中でも薄著に堪へ得る樣になり、老年に到りても尚薄著を續けることの出來る樣になるのである、要するに獨逸婦人の薄著は幼年より習慣に基因するものと思ふ、然らば之の習慣は如何なる理由によりて起りたるものであるかと云ふに

第一、身體の氣候に對する鍛錬、卽ち氣候に對する抵抗力の養成である。

先づ氣候と身體とは大關係を有するもので、氣候の移轉殊に劇變、不順の際には身體に影響することが多いのである、普通四季の中疾患の多きは四季の移轉時期である、之の際に當つて氣候に對する抵抗力が多かつたならば、之の移轉時期又は劇變不順に對して少しも異狀を感せず經過するのであるが、之の抵抗力が乏しかつたならば、忽ち疾患に罹り易いのである、第一に感冒に罹り易いのである、之の感冒は諸病の門戶とも云ふ可きもので輕視す可からざるものである、之に罹ると罹らざるとは一つに其身體の氣候に對する抵抗力の強弱に原因するものであると思ふ、之の抵抗力を養ふには氣候に對する鍛錬が必要である、之の鍛錬は一朝一夕になし得るものではない、それ故に幼年時代より之れが習慣を養ふ譯である、獨逸婦人は之の理由の基に薄著の習慣を養ひ務めて薄著を

するのである。

第二、獨逸の婦人は務めて屋外の運動をする、之れは日本家屋の樣に庭園が十分にないだ分のみならず大部分の家庭には皆無である、それだから勢ひ屋外に出で運動もし且人家稠密して居て空氣が不潔であるから、新鮮の空氣に浴し健康を保全せねばならぬ、それだから毎日曜日の午後は大多數の家族は、「新鮮なる空氣を吸ふ」と云ふ言葉の下に必ず郊外に散歩することになつて居る位である、其他テニスなり舞蹈なり諸種の遊戲を務めてなす樣にするのである、婦人は兎角屋內にありて諸種の仕事をせねばならぬので、運動不足となることが多いそれで務めて屋外の運動をして之を償ふ樣にするのである、そこで獨逸婦人が運動の必要を認めた以上は之をなすに必ず身體を便利にせねばならぬ、之れをなすには勢ひ身體を輕くする必要がある、そこで可及的薄著をすることになるのである、それであるから婦人の薄著は運動の必要を尊重する結果として來たものと思ふ。

第三、單に運動と稱するもの丶みならず、家庭にをいて諸種の仕事をなす場合に日本とは變りて終始椅子によるか又は立た儘で仕事をするのである、そこで若し厚著の習慣があつたならば身體の運動が自由に行かないことがあるから殊更薄著をするのであると思ふ。

第四、前述した處の舞蹈である、之れは婦人の必ず學ばねばならぬ緊要の一科目である、之をなすには其條件にして身體が可及的輕くならねばならぬ、之れをなすには勢ひ薄著の必要がある、之の必要に迫られても薄著を勵行せねばならぬと思ふ。

右の如き理由によりて獨逸の婦人は常に四季に通じて薄著である、之の習慣は大に學ぶ可きもので殊に日本の如き氣候の劇變の多き地方にをいては、特別必要であると思ふ衣服の厚薄は習慣によりて如何樣にも變る事が出來るので日本にをいても寒中に通じ

て薄著を勵行する習慣を有する人もあるのであるから、之の良習慣は身體の健康上可及的勵行したならば疾患を未發に防ぐことが出來ようと思ふ。

次に衣服の調製につきて述べようと思ふ。

衣服の品質は已に述べたるが如く、極質素なものを撰ぶのであるが、之を衣服に調製するには如何にするやと云ふに決して仕立屋の手を借ると云ふことはしない、必ず婦人自身が裁縫するのである、各家庭には必ず之れに必要なる器械が備へられてある、普通の著物は勿論禮服の如きものでは自分に地質を購ふて自分で仕立るのである、裁縫料として金を費すことは極稀れの事である、元來裁縫なるものは婦人の天職とも云ふ可きもので、徒らに種々の口實の下に之を仕立屋に托することのあるのは實に婦人として恥ず可き事柄であると思ふ、獨逸の婦人は決して如斯缺點はないのである、之の點は大に學ぶ可き點であると思ふ。

次に衣服の洗濯である。

獨逸の婦人は大概總ての衣服を自分で洗濯するのである、決して普通のものならば洗濯屋に出すことはせぬ、各家庭に洗濯の器械一式が備へられてある、中にも禮儀に關する衣服の如きは洗濯屋に命ずるのである、之の衣類の洗濯は如何なる方法であるかと云ふに決して一枚宛毎日毎日洗濯することはしない、毎週何日目例へば木曜日とか金曜日とかの一定の日を洗濯日として、之の日に一週間分の洗濯をするのである、其以外の日には少しも洗濯物に手をかけず其儘にして置くのである、其日になれば朝早くより諸種の洗濯の準備に取り懸り一心不亂に終日洗濯をして居る、之の日には誰れも訪問をする人はないなぜならば其家庭の洗濯日は已に一定されてあるから、之の日に訪問する人はないのであるそれであるから仕事が一週に纏りて順序よく行はれるのである、之れは晴雨に拘らず勵行するのである其洗濯した物は一定の乾場がある、若し數多の家族が大家屋に住居する場合には共同乾場がある、之れは晴雨に

拘らずなし得る樣に出來て居るから一定日には必ず之を勵行することが出來るのである、之の洗濯日を定めて之の日に必ず洗濯をすると云ふ事は良習慣であると思ふ、之れは時間上又仕事の上に經濟であつて之れは學ぶ可き一習慣だと思ふ。

次に靴の事である

獨逸婦人は家屋の構造上の關係よりして、終日靴を用ゐなければならぬのである、之の靴は衞生上又大に考へなければならぬのである、以前は獨逸婦人は其足の形狀に關係せず務めて外觀の美のみを主として形の小なるものを選んだのである、乍去現今においては其外觀の美のために其自然を害するの不衞生であることを鑑みて、務めて其外觀の美に關係せず足の大さ形狀によりて靴を作る樣になつたのである、本年ドレスデン市の萬國衞生博覽會においても、種々數多の衞生的(外觀の美のためでなく)に工夫されたる靴が陳列せられてあつたのを見た、之れによりて見ても獨逸人が如何に婦人の靴に注意を拂ふて居るかが明かるのである、之の靴の形狀は大さと、足の形狀と大さとの關係は大に考ふ可き點であると思ふ、之の點に關する獨逸婦人の考へは大に參考に足るものと思ふ、日本にをいては近來若き婦人が袴を著するの風習が行はれ、且學校で體操科があるので靴を用ゐる事が多くなつたのである、殆んど一日の三分の二は、靴を用ゐる機會がある樣である、然るに其靴を作るに當りて其靴の形狀外觀の美の點にのみ重を置き、足其もの丶形狀大さを無視する樣なことがあれば、之れは大なる誤解であると思ふ、靴と足との關係は其發育上大關係を有つて居るものであるから、自然の發育を遮げない限りに其狀態によりて適當なる靴を用ゐる樣にせねばならぬ、總ての衣食住に關して、健康に害ありと認めたものは必ず斷然之を捨て改めねばならぬのであるから、之の靴の如きは其弊に陷らざる以前に大に注意す可き點であると思ふ。

第三、住居の事　獨逸の家屋においては或階級の少

數の家庭丈は、特別に一軒建の家屋に住居して居るが、大多數は多くの家族が大なる家屋に雜居するのである、則ち一つの大なる家に少くとも二十組、多くは五十組の家族が住んで居る、丁度日本の長屋の樣なものである、各家族は四つ乃至五、又は六の室を有て居る各戶には夫れ夫れ完全なる戶締の設備が出來て居て、其大門にも亦嚴重なる戶締が出來て居る、其大門は處により相異があるが午前五時より午後九時乃至十時迄開放せられて居る、之の時間外には其家に住む家族以外の人は入ることは出來ない樣になつて居る、之の精細の點にをいては後日再び述べようと思ふ、之の雜居して居る處の各家族は、殊に隣接して居る家族は互に往來して極懇親にして居る樣である、室內の構造は一般に板張りで靴で自由に出入することが出來る、それであるから大抵各室には大部分は敷物が敷いてある、之れが家屋の大體であるがさて之れを掃除するにはどうしてするかと云ふに決して日本の樣にハタキや箒で掃除することはせない、常に布切しに水を浸して拭去するのである、之れは室內の塵を飛散せしめない考へから來たのであると思ふ、之の室の掃除は婦人の役目である獨逸婦人は實に清潔を重ずる風習がある、婦人は自分自身各室の掃除をする、若し下女が居れば之れに命ずる乍去全部之れに委ねることはしない、必ず各室自分で差圖して働かせるのである、必ず自分の意に滿足する程度で掃除するのである、決して下女委せにはしないのである、殊に主人の書齋の如きは決して下女に委ねることはせぬ、必ず自分自身に手を下して掃除するのである、なぜならば主人の書齋には主人がなした又なしつゝありし仕事の殘りが其儘にしてあることがある、書籍の置場所等は一定されて居るものであるから、主人の考へを知るものでなければ無暗に手を下すことは出來ないのである、そこで下女委せには出來ない勢ひ婦人自身が書齋の掃除をするのである主人が一日の勤めを終りて家庭の人となつた時に書齋の整頓して居ることは實に愉快

に感ずるものである、之の主人の一日の勞を慰する手段としても必ず書齋の整理は必要缺く可からざることであるから、獨逸婦人は主人の書齋の整理整頓掃除には全力を盡して遺憾のない樣にすることを務めるのである、之れは婦人としての美德であり且良習慣であると思ふ、之れに反して書齋の不整頓、不潔は實に主人になりては不愉快なもので、家庭又は決して慰安の場處でないことになるのだから殊更婦人は之の點に注意して居るのである、家庭をして無上の樂地になすの一條件としては之の掃除の行屆くと云ふことが必要であると思ふ。

又家庭にをける日常用ゐる不可缺家具の整頓することである、之れは貧富によりて相異があるが獨逸にをいては日に月に廉價で可及的勞力を省き得る家具を作ることを務めて居るので、貧い暮しをして居る家庭でも大概一通の家具は供へられて居る、殊に勝手道具の如きは其一つである勝手道具は中々整頓をして居る、又加之庖厨は食物を料理する處であると云ふ考へから殊更清潔にしてある、從ひて掃除の點も行き屆いて居るのである之の庖厨道具の整頓なる點は、衞生上良習慣であると思ふ、若し貴重なる食物を調理する場處が不潔で、道具が不整であれば勞ひ之の不潔の中でなしたる食物にも、不潔と云ふ事が殘る樣になるから之の點は大に參考とせねばならぬと思ふ。

第四、食物の事●●●●

食物を調理する處の庖厨の設備清潔の點においては、獨逸婦人は常に殊更意を勞して居るのである、然らば之の神聖なる場處で料理する處の材料は如何にして求めるやと云ふに、之れには大に感服す可き點がある食物は身體の榮養を供給する緊要なるものであるから其材料は餘程撰擇せねばならぬ、單に廉價であるからと云ふ點に重を置いてはならぬ、榮養もあり且新鮮であり且廉價でなければならぬ、之を撰擇するは中々容易の事ではない又主人を初め各家族の趣味嗜好もあり老人もある幼年のものもあるからして、千遍一律的に同し料理をす

る譯には行かん之を充分明かにして吟味して後に之を購求せねばならぬ、それであるから食料品の購求は婦人の最大緊要な任務であつて忽にす可からざる事柄である、之を簡單に下女委せにして安心して居ることは出來ない事と思ふ、そこで獨逸婦人は自分自身（假ひ數多の下婢下男を雇用する家庭でも）之の材料を購求するのである、之れに便利なのは獨逸には各市に規模の大なる食料品、材料例へは諸種の肉類、鷄卵及び菜類等の材料を賣る處がある、之れには種々の種類がある之の處には材料は澤山備ふてある、晴雨に不拘買ふことが出來るそこで中流以下のものは勿論であるが、中流以上上流の家族の婦人においても馬車又は自働車で婦人自身之の處に行つて、自分の考へに適當なる材料を購求するのであるそれであるから婦人は之の處に行くに先つて、一日の料理の獻立を熟考せねばならぬ之れによりて其材料を購ふのであ　之れは婦人にとりては大責任であるのだ、余程愼重を要するのである下女委せ等は夢にも考へざる貴重な任務である、其一つの場處に行けば何物でも購ふ事が出來る極便利な仕組である之の材料を一ケ處に集めて販賣する設備と婦人自身が足を運んで購求すると云ふ點は大に學ぶ可き點であると思ふ、そこで毎日の料理は婦人自身が手ずから料理するのである決して料理人に全部委せることはしない、若し料理人を雇用する家庭ならば婦人自身が嚴重なる監督の下にせしめるのである決して毎日の料理を料理屋よりとると云ふ樣な不經濟な事はないのである、婦人が斯く料理に忠實であると共に主人も大概家宅に歸つて婦人の料理を食するのである、之れは相互に敬意を表するのである之れは良習慣であると思ふ、乍去一週間の内に日曜日丈けは決して家庭において中食、又は夕食は食はないのである市場も全然休みであるのだ、之の日曜日には家族は打連れて郊外の散歩をする、全く家庭と離れてしもうのであるそこで中食及夕食は必ず家族一緒に料理屋で食するのである、日曜日の料理屋の雜踏は

實に豫想以上であるのである、其料理屋で食するものは決して贅澤な事はしない、極簡單に濟ますのである、一般に食物は節儉を主とするので、婦人の材料の撰擇は實に苦心して居るのである。之の食物に關する習慣も大に學ぶ可き點であると思ふ。

第五、生活狀態　獨逸の婦人は其生活狀態の上に節儉と云ふ事を最も重きに置いて居る樣である、之れは生存競爭の結果勢ひ日常生活上儉約と云ふ事に重をなす樣になつたのである、其節儉の程度は實に細微の點に及んで居て其修養の行屆いて居るに驚くのである、一片の紙片も決して粗末に取扱ふと云ふ事はしない、そうして何時と勞力と云ふことに重を置き決して一時なりとも無爲に無駄に費すと云ふことは少しもないのである、若しも隙さへあれば縫物をするとか編物をするとか必ず何事をなしつゝあるのである、一寸來客があつても極懇意の客ならば雜談中に何か仕事をなしつゝあるのである、散歩に出てゝ椅子の上で休んで居る時等でも何か仕事を持ちて居て徒無に暮すと云ふことをせぬ、家庭にある間では終日何か働いて居る、實に家庭における婦人の活動は自覺しき程よく働くのである、夫が外にありて働く丈婦人は内にありて愈々夫に劣らず働いて居るのである、獨逸婦人は大概香水を用ゐると云ふことはしない、餘程豪富の貴婦人でなければ常に外出する場合に香水を用ゐることはない、有益の事には金を費すが贅澤の事には一厘も費さないのが獨逸婦人の主義である、婦人にして香水の如きを節するのは實に外國人として己れを節制することの强いことが明かる、香水のみならで萬事悉く質素である香水舗等でも店頭に極粗悪なものは陳列してあるが上等のものは稀れである、之れは上等品を陳列しても賣れない極粗悪な安價なものが賣れ易いと云ふて居る位である、如何に獨逸婦人が節儉であるかが明かる、又或時余は靴足袋の裏の極破れて再び用ゐることの出來ない樣なものがあつたので、之れを洗濯屋

の内に入れて捨てようと思ふて居た處が、翌々日になつて立派に洗濯して、其破れた處に他の切布を當て用ゐることの出來る樣にしてくれた事があつた、之れは極簡單な事であるが獨逸婦人が如何に細微の點迄、節儉と云ふことに意を勞するかが明かるのである。

余が渡歐前においては獨逸にては兩親、夫婦、子供との關係が日本の樣には行かない、個々別々であると云ふことを聞いて居た、之の習慣は獨逸の風俗を觀察するに連れて大なる誤解であると云ふことを知つた、今日では兩親及夫婦が同居して居る家庭もある樣である、日曜日に散歩の際の如きも今日では兩親夫婦子供が一緒に出掛ける、決して夫婦のみではない兩親も子供も一緒である哺乳する子供があれば車に載せて婦人自身が引ひて散歩して居る、兩親の何れかゞ不快で歩行が出來ない時には、子供と同樣に車に載せ處々を遊覧せしめて居る位である、獨逸の家庭の狀態は今日では昔日と異り、日本固有の家庭的趣味を帶び一家族が互に相樂むと云ふことになつて來た樣である、之の現象は實に喜ばしき現象で日本的趣味が外國に及ぼされる樣になるのである、外國人でさへ之の趣味を解する樣になつたのであるから、日本においては殊更其固有の美風たる一家團欒の家庭の快樂を益々圓滿にする樣にしたいものである、決して今日の獨逸の家庭は昔時の如きものでない、餘程日本的となつて居るからして日本の婦人は獨逸の婦人の生活狀態について誤解しない樣にせねばならぬ。

以上述べたるが如く獨逸の婦人は實に節儉であり、且萬事に規律的に動作するの習慣があつて日一日と向上主義に熱中して居る樣である、而して他外國の良風を取りて同化せんと務めつゝあるのである、之の故か近來獨逸において日本人の生活狀態について記述せられたる書籍が續々出版さるゝのである、日本婦人も獨逸婦人に劣らず日一日と他外國の長所を取て同化し少でも向上する樣にしたいものと思ふ。

鼻に困る神經性疾病の話

原田敬三郎

近頃は寒氣凛烈として肌を裂くの思ひで、今迄室内に溫まつて居たものが、一寸不用意に外出すると、すぐ寒氣にあてられて風をひきます、そしてこの風邪の初めは鼻寒冒と申して、鼻の中かむづ痒くなつて、嚔が出る、水の樣な鼻汁が出るとだん〳〵鼻が塞つて呼吸が困難になる、その中には濃い鼻汁となつて益々鼻呼吸が出來ないで口で呼吸する、從て咽喉をいためたり、氣管枝の炎症を起し、前頭部又は後頭部が痛んで、甚しきは鼻呼吸の困難と、睡眠中の不安とで夜も碌々安眠を結ぶことも出來ないやうなつて實に苦しいものであります。

かくの如く僅か一時の鼻寒冒でも人を苦しめること頗る大であります。併し多くは一週か十日で自然に治るものでありますが、若しそれが重症の性質を待ち容易に治らない時は、其粘膜の炎症に乘じて種々なる細菌が好培養地を得たり畏しと盛に繁殖して、重き全身の疾病を起すに至るのであります。假りに重症に變じないにしても種々の條件の下に鼻寒冒が容易に治りません時は、鼻粘膜の炎症が漸次慢性に移行して近頃流行の肥厚性鼻炎や副鼻腔蓄膿症となるのであります。

それで是等の病氣になりますと、先程申しました一寸風を引いたばかりでも不愉快な症狀が起りますのに、之れが永らく續いては堪まつたものではありません、毎日毎刻鼻がつまる、鼻呼吸が出來ないから口呼吸をする、從て咽頭が乾いて寒い外氣が直接に咽喉腔の粘膜を刺戟して慢性咽喉加答兒や、氣管枝炎の原因となるのであります。のみならず鼻がつまれば酸素の補給が不良となり、頭痛眩暈を催し、時に眼の疲勞疼痛を起し或は倦怠、記憶力減退し精神狀態が不愉快になつて種々な神經性疾患を醸すの因となるのであります。例へば知覺が過敏になり或は反對に消失し若しくは知覺錯誤症として鼻腔内が乾い

たり何だか異樣の物が入つて居るやうな感を起すこともある、或は物の臭が分らなくなつたり、嗅覺が過敏になり若くは臭香を混同或は錯誤する事もある。或は反射的に鼻若しくは鼻以外の諸種の局所に反射神經症を及ぼすことも少なくない、例へば呼吸器系に及ぼして咽喉加答兒、氣管・氣管枝の炎症は延いて肺に影響を及ぼすこともある、又喘息、聲門痙攣、咳嗽、噴嚔等を起し、視器に現はれては黑内障、閃器暗點症とてピカ〳〵と眼の前で光る樣な感覺、弱視、落涙を起し、循環器系統に現はれて心悸亢進症、心臟の運動不調、消化器の障碍、或は生殖器殊に婦人の月經に及ほす影響や、種々の神經痛例へば前頭痛、後頭痛、偏頭痛、上眼窩神經痛、三叉神經痛、其他夢魔とて夜中屢々惡夢に襲はれ、癲癇若しくは癲癇樣發作或は鼾聲雷の如く傍人の夢を驚かす、之は口呼吸の爲に懸壅垂が振動する爲と稱せられて居る。殊に最も多く見るのは所謂鼻性神經衰弱であります、私は前の諸病を來す理由や症狀に就て逐條申し上げたいのですけれども、紙數に限りがありますから、近來世人に注目されつゝある此神經衰弱症に就て特に聊か述べて見たいと思ふのであります。

凡そ神經衰弱症若しくは御婦人方の屢々惱まさるるヒステリーなるものは、例へば精神的並に身體的過勞、不攝生例へば飲酒喫煙過度、連夜の徹夜、烈しい憂慮、手淫、房事過度その他種々な原因がありませうが、鼻の病氣も亦遁すべからざる一誘因若しくは原因とすべきであります。然し世の中には妙な人があつて自分は鼻がわるいと自覺して頻りに專門醫を訪ふて訴ふる人がある、之を仔細に檢査するに取り立てゝ何處にわるいといふ所もない。要するに之等の人々は服藥をしても容易に治らないので、例へば友人が鼻病の治療を受けて神經衰弱が治つたといふ治驗を聞いて頻りに鼻を氣にするのであります。之は眞正の神經衰弱から來た一種の杞憂であります。かゝる人にいくら鼻の治療をしたからとて治

るものでもありませんし、又治療する點もありませ
ん。それよりも寧ろ全身の狀態を改良せしむる樣に
論すが得策であります。

扨鼻性神經衰弱症は前申上げた肥厚性鼻炎や蓄膿
症によつて起るのみならず却て鼻の閉まらない普通
よりも多く空氣の通り過ぎる鼻病、所謂萎縮性
鼻炎といふ多くは腺病性の人や慢性炎症の結極、肥
厚した鼻粘膜が反對に縮少して鼻粘膜の生理的作用
――鼻毛は塵埃や黴菌を濾過し鼻粘膜は通過する空
氣を一種の作用で濕めるを失ふて丁度口呼吸と同じ
樣に廣い鼻腔を徒らに通過せる乾燥せる儘の空氣は
鼻咽腔や咽喉頭を乾燥せしめ、延いては氣管、氣管
支に疾病を及ぼす樣になり從て色々心配して病者は
神經を起すこともある、或は鼻中隔彎曲症とてC
字形やS字形に鼻中隔が彎曲して一側若しくは兩側
の鼻腔を狹くし、或は鼻中隔より生せる棘又は櫛と
いふ餘計な出張所の爲に空氣の自由なる交通を妨
げ、或は鼻茸とて一つ以上澤山の腫瘍物が出來て鼻
呼吸を妨げ甚しきは巨大なる鼻茸が鼻の外形を變
じ、それにも飽き足らず鼻咽腔から懸壅垂の後にぶ
ら下つて居るのを見たこともある。

兎に角此等の鼻の諸病の爲に頭痛を感じ上部氣道若
しくは近接臟器に障碍を及ぼし、加之神經亢奮し
て注意力散漫し、心中常に不愉快で書物を繙いても
其理義を十分に會得することが出來ない、身體亦倦
怠疲勞を覺え健忘に陷り精神的や肉體的事業に從ふ
の努力もなくなり、夜も安眠が出來ないで喜怒愛樂
の感情忽ち劇變して自分で自分の分らなくなるこ
ともある。私の見た一患者は爲に精神に異狀を起し
屢々白刃を胸に擬して傍人を困らせたことがありま
した。

青年男女學生や多少面倒な事務を取る人々には此神
經衰弱症が頗る多い樣に見受ける。之は平素下を
見て勉強する癖習のために頭部に鬱血を起し自然鼻
粘膜殊に海綿樣組織の部分に鬱血若しくは充血を來
して鼻が閉まる、之れが慢性になると肥厚性若しく

は増殖性鼻炎となつて不愉快な神經症を惹起することとなるのであります。世間には随分勉強をする、然し學校の成績はよくない、勉強すればする程惡くなる人がある、或は事務を執つたり裁縫などをするに追々捗取らなくなる。人も自分も不思議に堪えないことである。之等は多く罪を鼻に歸して可からうと思ふ。或る博士は日本の學生の成績の不良なものは殆んど悉く鼻の疾患に基くと云はれて居る、之は少しく極端な言かも知りませぬが兎に角鼻の諸病がその大なるプロセントを占めて居ることは疑を容れない事實であります。

單に顏の一小局部を形つくるに過ぎない鼻の病氣も其及ぼす影響はかくの如く決して僅少に止まらないものであるから、僅か鼻の閉まる位は打ちやつて置いても構はないなどと等閑に附せないで、若し前申し述べた様な症状を見たら早速專門の醫家に送つて診察を受け・或は其指揮に從つて今迄の生活状態を改良し或は適當なる養生法を講ずることは、家庭を主宰する方々の決して忽にすべからざる所であると思ふのであります。

衣食住の益と害

人間生活に無くてならぬものとし云へば、先づ衣食住の三つを數へる。從つてこの三者は衛生上に於ても主要の綱目になつて居るが、すべて物には利害得失相伴ふもので、これ程必要の衣食住であるが、これにも矢張種々の害が伴なふて來る。衛生上から云ふと單にその健康を保ちこれを進めることのみを論じては片輪である、これと同時にその害になる方面をも考察して、これを除きこれを免れる工夫をしなければならぬのである。

そも〳〵衣食住が今日の如き状態に發達して來たのは、皆それ〳〵の必要があり、生活に便宜であると云ふ所から、工夫に工夫を重ねて斯様の有様に進歩發達して來たものに相違ないが、五穀の中にも雑草

や毒草が混じつて生えることのあると同じく、この大切なる衣食住の發達の間にも、反つて不健全なる有害の事柄が知らず〳〵起つて來るものである。第一に食物は、人間の身體を養ふに何うしても必要缺くことの出來ぬものであるが、この食物と榮養との關係は非常に複雜なものであつて、今日の進歩した生理學に於ても未だ分からぬ點がなか〳〵多い。消化器の機能は餘程明かになつて來た、飮食品の分析表も出來て居る、併しその物が消化器の內に入つて、如何になり行くかと云ふと、これも大凡は分かるが、詳細の點に至ては未だ研究の屆かぬ事が少なくない、それも動物を全く試驗的に用ひて研究するのであるが、人間は各々その嗜好を異にし、貧富に依つても食物が異なり、其職業に依て運動が違ひ、それのみならず精神狀態に由ても消化の具合が著しく違つて來るのであるから、容易に何の食物は善い何の食物は惡いと定めることは困難である、併し一般に滋養分に富んで消化し易く、且つ味の好い食物が最も善いと云ふことは出來る、それで今日の人は總てこの方針で食物を選むが、これでも矢張種々の弊害が伴ふて來る。第一滋養分に富んで消化し易く且つ味の美い食物と云ふものは、自然には誠に求め難いのである。又分析表を見て、これは蛋白質が幾ら含むで居るから善い滋養物だとか、脂肪が何程あるから上等の滋養品であるなどゝ云ふ人があるけれども、それは前にも云ふ通り、腹の中に行つて何うなるかを考へなければ滋養云々は云はれぬことである。尤も蛋白や脂肪は人間の身體を養ふには大切なる成分には相違ないが、人間の身體を造つて居るものは蛋白と脂肪だけではない、其他に澱粉及び鑛物質の物も矢張同樣に必要のものである、且つその割合があつて、單に一の成分だけが多いからと云ふて滋養物とは云へぬのである。それで元來それだけを以て身體を養ひ得る、所謂滋養物と稱し得るものは、藥劑の如く調合でもしなければ出來るものでない、只身體を造る一成分を比較的多く含んで居るも

のを滋養物と云ふのであるならば、苟くも人間の食する程のものは何れも滋養物である。これを感違ひして居る爲めに、無闇に獸肉を食つて見たり、種々様々の美食に飽いて、養生をした積りになつて寧ろ種々の害を受けて居るものも少なくない。

次に消化し易い物と云ふと、單に軟かい物と心得違いして居る人がある。これは誤りで、例へば搗たての餅は誠に軟かであるが、胃に入つて消化液はなかなかその内まで浸込まない、上側の方から少しづゝ甜めるやうに消化する、これよりはカチ〳〵した堅餅を齒で以て十分咀嚼して嚥こむでやる方が餘程消化し易く、齒の爲にも、この方が善い譯である。又總て消化し易いもの、消化し易いものと云ふて、巧みに料理したものばかりを食べて居れば、消化器は漸次弱くなつて、僅かに不消化性のものを食べても忽ち胃痛又は下痢などを起すやうになつて來る。病人又は小兒などの食物は特別の注意も必要であるが、健康の人が病人同様の食物を取るのは誤りである。兎角飲食物の攝生と云へば病人の真似をする風があるけれども、これは却て消化器を弱くするに過ぎない。

尚ほ今日の人は過食の傾がある。一方には食ふや食はずの人もあるが、普通の人は食ひ過ぎ飲み過ぎである。少しも空腹を感じなくとも、三度の食事をする、渇を覺えんでも茶を飲む、尚ほ其間の時間に菓子を食べるとか、夜更まで酒を飲み絶えず食すると云ふ風であつて、これは害あることは勿論である。獨逸では水に溺死する者よりも麥酒に溺れて死ぬる者の方が外いと申すことであるが、今日は何れの文明國でも生活難を唱へるけれども、矢張餓死する者よりも食過ぎて死ぬる者の方が遙かに多いやうである。

家屋も雨露を凌ぐに必要である、起臥を安穩にするに便宜である。然しこれも今日、特に都會に於て櫛の齒の如く軒を竝べた町屋の一室に五六人の家族が生活して、さなくとも工場の瓦斯や煙、車馬の蹴立

つる土煙、其他各戸より發する有害瓦斯に不潔になつて居る空氣を戸障子に締切つて、夜は洋燈や火鉢の瓦斯に人間の吐出した毒氣を混じて、其中に睡眠すると云ふ住居は、濕氣や昆蟲に侵さるゝ野宿と、どちらが善いか惡いか分からぬ。空氣と光線は、鹽や水に劣らぬ人間の需用品であつて、これを缺けば寸時も人間は活きて居られぬ、これ程貴重なる生命の源泉が家屋生活の爲に不潔にされ、不足になるのであるから餘程この點に注意しなければ、家屋の效能は、害の爲に打消されて仕舞ふ。それで今日の衞生に於ては換氣法、即ち室内の空氣を新しい空氣と入換へなるべく、塵埃を少なくする工夫、採光法、即ちなるべく十分光線を差し入れる方法、又暖室法、即ち室内の空氣を程善く暖め、而かもなるべく空氣を不潔にせぬ工夫等が居室衞生の主なるものになつて居る。それでも尚ほ都會の中に在ては、十分新鮮なる空氣を吸ふことは六ケしいから、日曜日とかその他機會のある毎に郊外に出て新鮮の空氣を呼吸して諸臟の掃除、從つて血液の掃除をして、全身の活氣を保つて行くやうにしなければならぬのである。

昔は養生と云へば、專ら飮食物のことのみを注意したもので、僅かばかりの自然の經驗を土臺として、それに種々の妄想や想像を混へて養生法を拵へ、斷ち物とか、食合せとか、隨分要らざる心配までしたものである。家屋の方も家相と云ふことを八ケましく云ふて、多少何れも衞生上の顧慮をしたものである。然るに衣服に至ては、殆ど衞生そつちのけの有樣である。衣服とても、もと／＼寒冒に對して、體溫の調節を補ひ、山野に出で立働く際に皮膚を保護する等の目的に依て作られたものであるが、これは又身分階級、その何人であるかを表はす爲めに、或は儀式の爲めに、又裝飾として用ひられるやうになつて、その意味が頗る廣いものとなつて來た。それが爲めに本來の目的たる衞生上の事は忘れられて仕舞つて、却てその附足りの用の方ばかりに注意されるやうになつた。殊に婦人の服裝に至つては、全く

虚飾に流れて、少しも衛生上の事を考へぬ、全く度外視して居る。食物は過食し又何ぞ不適當の物を食すれば直ちに嘔吐、腹痛、下痢等を起し場合に由ては死することさへもあるから、その害になる點が分かり易い。家屋の不衛生は、飲食物の不衛生よりも、その危害が直接に分からぬから、等閑になり易いが、併し暗い室や濕氣のある室、又塵埃の堆き室、外から這入つて臭氣のある室などは、幾ら衛生に無頓著の人でも不快を感ずる。然るに衣服に至ては、垢のついた著物、又は濕つた著物は害があると云ふ位のことは誰でも知つて居るが、其外の事に就ては殆ど衛生的の考が無いやうである。徒らに美しき物、贅澤な物さへ著れば、それだけ善い事と心得て居る。然しこれは甚しき誤りであつて、衣服の爲めに何の位害を受けて居るか分からぬ。衣服は單に衛生上の需用のみならず、種々の意義を有て居るだけに、その害も亦廣く深いものがある。

一體この皮膚と云ふものは、既に立派な活きた著物である。暑ければ伸び寒ければ縮み、廣からず狹からず、外からの刺戟に對しても彈力があつて、相當の抵抗力を有し、色素や血液に由て美しき色を帶び、脂肪に依つて光澤を保ち、實に申分のなき立派な衣服である。氣候の暖かき國、又太古の人は皆この自然より賜はつた衣服を以て滿足して居つたのであるが、氣候其他の關係から更にこの上に著物を纏ふやうになつた以來、天然の衣服を尊重することを忘れて、偏に人工的の衣服に浮身をやつすことゝなつて、これが爲めに身體は光線と空氣とを遮られ、皮膚は日陰の植物の如く、色あせ萎びたものとなり、一寸風に觸れても感冒に罹るやうな哀れなものとなり、天然自然の服裝を視ては、これを裸體と稱して却て驚きの目を睜て、異様の感を懐くに至つた。斯くて恥づべきことを恥ぢず、反て恥づべからざることを恥づると云ふ奇怪の習俗を來し、畸形に等しき劣惡の身體、死體の如き皮膚も羅綾錦繡に掩はれて、美人の稱號を盗み得ることゝなつた。これは確かに

衣服に由る人間の墮落と云はなければならぬ、況や彼の西洋婦人のコルセットを用ひて腰部を絞扼し、支那婦人の靴を用ひて足部の發育を阻止するが如き、實に天理に逆ふたことをして迄も、非衛生的のことを敢てする。又小兒が生れるや否や、不具の狀態にて生れ出たるもの〻如く、直ちに幾重にも衣服を以て纏ひに纏ふて漸く安心をすると云ふ滑稽な有樣である、習れば氣もつかなくなるが、最初この衣服と云ふもの〻刺戟は隨分不快なものに相違ない。試みに小兒をこの衣服の墓場から堀出すならば、如何にその手足を振ふて嬉ぶかを見ても、彼の衣服の中に埋めて、絞扼することの無法であるかゞ分らうと思ふ。尤も大人よりは幾分か溫を失ひ易いのであるから、其氣候に應じて保護するは然るべきであるが、恰も竹の子か、百合球の如く幾重にも身體の目方よりも重く小兒を纏ふて、發汗せしめ、鼻をつまらせ、四肢の運動を妨げて、大事にした積になつて居るのは甚だ誤つた育兒法である。

人間の皮膚は神經と云ふ植物に生えた葉の如きもので、日光と空氣がなければ決して完全に發育するものでない、それを芽生えの時から日陰ものにされるのであるから、丸で死人の皮膚然たる肌となつてしまふ。衣服の害は啻に皮膚だけではない、身體全體に取つて種々の害をなして居る。若しこの衣服と云ふものを以て身體を掩蔽することが無ければ、何うしても皮膚、筋肉を健康にし、姿勢を正しくし、堂堂たる人間最高の身體美を以て誇としなければならぬが、衣服と云ふものに逃るので、不具も畸形も苦にならぬ、骸骨の如き、結核の食ひ殘りでも平氣である、又幽靈の如き顏色も臙脂や白粉で塗り隱せば美人である。斯樣にして人間は精神も身體も共に墮落して來て居ることは、事實であつて、もと〱賤女などの仕業から起つたことであらうと思はれる。尙ほ衛生を度外視して一種の虛飾、贅澤品となつたこの衣服は婦人に仇をすること實に甚しいものである。眞正の美を發揮することを忘れて、虛の美を捏

造することに腐心せしめ、自に誇るべき德なくして、衣服を誇らむとし、身分も財產も顧みずして、虛榮の鼻をうごめかさむとするが如き、衣服の誘惑は大なるものである。貧弱國は果しも知らぬ婦人の衣服贅澤に由ても亡ぶるに足る、余は衣食住三者の中、衣を以て最も無用のものとし、害あるものとし、少なくとも其效は以て害を償ふに足らぬものとするのである。今日の婦人の服裝を視て、余は衞生上より敢て斯くは極言するのである。

育兒

若いお母様方へ一言

これは獨逸國マールブルヒ乳汁協會の乳汁供給所長ヒルダ、バウリーと云ふ婦人が乳兒保護雜誌に書きましたことですが、我邦の若い上流の御婦人方にも考へて頂いて可いことゝ存じましで、略ぼそのまゝを翻譯して、こゝに掲載することゝ致しました。

今日の所では、何れの文明國に於きましても、哺乳兒死亡の豫防と云ふことが段々熱心に、益々有力の方法を以て講せられるやうになりまして、大勢のお醫者様方が、この問題について、全力を盡して、最初一年間に於ける多數の小兒死亡の原因を益々明かにし、あらゆる手段を以てこれを少なくしやうと研究し又實地に試られて居ります。

慈善團體、都市の役所、又工場法等に於きましても、乳兒院、牛乳供給所、哺乳室及び母親相談所の如き、凡て成るべく多數の小兒、特に下級社會の最も危險多きものに對して、このか弱き乳兒を脅かす所の種種の危險を保護するに務める設備は是非共必要の問題と認め、政府も總ての方法を以てこの努力を保護奬勵致しまして、哺乳兒死亡の減少は實に國民の幸福を增すものであると云ふ智識の道を開くに至りま

した、この運動は、婦人社會に向つて、母たるべき婦人の情を美はしく發揮し得る廣大なる仕事の領分を開いたものでありまして、結婚しない婦人でも、この小兒の世話と云ふことで、結構な一つの務を得、哺乳兒保護の範圍に於て、高尚なる社會的價値のある働きをすることが出來る譯であります。

併し私は、今日婦人を要する所の、其他の適當な種々の勤よりも此の仕事が善いと申して、結婚しない婦人の方々にお勸致す譯では御座いません。幸福なお母様と稱せらるゝ所の結婚なすつた方々でも、別に何々の會に入會なさらずとも、又その幸福なる家庭の小世界よりお出にならずとも、哺乳兒死亡の豫防に對して力を致せられる機會が隨分あると云ふことを申上げたいので御座います。

この小兒の養育と云ふことが、只純粋の幸福を意味して居る所の、仕合せの暮しをして居らるゝ婦人は生活の困難と闘つて居る所の貧窮の母の保護には、特に深き同情を寄せ、己が子の可愛さにつけても、よし何の樣な濁世に生れたものでも、總ての人間は生活する權利を持つて居るものであると云ふことを考へてやらなければなるまいと思ひます。

身分の善い所の御孃樣方は、結婚をなさらぬ前には、貧困の母、そのみじめな小兒等の可哀想なことは、一度も御覧になつたことのない方が多い、而して自分の乳が出ないとか、足りないとか云ふ所より、その病身の或は虚弱い小兒の爲に乳媼を雇はなければならぬと云ふ段になつて、初めて右の哀れな状態に觸接もするのであります。

この乳媼になりますものは、多くの場合、自分こそその兒の身過ぎの爲に、割合に善い給料を得やうとする娘でありまして、その子供は育兒院に託するとか或は里子にやるとかして參るので、これは大抵人工榮養で、而かも餘り善くない榮養を攝るのであります。それで何物を以ても補ふことの出來ぬ初生兒の榮養物たる、極めて貴い母乳は、給金の爲に他人の小兒に飲ませ、自然に定められた自分の乳はその兒

より貰ふことになるのでありまして、この商賣の結果として乳媼の子供は死ぬとか或は生涯弱い性質のものとなることが、なか／＼多いので御座います。右の事實を思ひます時に、道義心は何とかして雙方の小兒に十分の權利を與へてやりたいと云ふ工夫を凝さぬでありませうか、良心に富み、思想の高尚なる婦人の爲めに、こゝに一つの道がある、唯一つの正當なる方法があります、それは即ち二三週間なり一二ヶ月なり、乳媼と一緒にその子も家に置いてやることであります。

斯樣に致したからと云ふて、その費用は何程も嵩むものではありません。乳媼の小供の爲めには小さな籠を寢床にしてやれば、何んな住居にでも置いてやることが出來ます。一人小兒が殖えた爲めに家政上に狂ひを來すと申した所で、それば何程の事でもありません。二人の小兒の襁褓の洗濯位は結構乳母が致します。斯うすれば乳母の子供の養育料は要らぬ譯でありますから、四十馬克(約二十圓)から七十馬克の間にある高い乳母の給料も十五馬克か二十馬克位まで減じます。

乳母の乳は二人の小兒には足りないと云ふ心配は、これは大抵想像に過ぎません。哺乳兒預所に於ける經驗で見ますと、健康な乳母であれば一ヶ月間位は一人で三人乃至四人の小兒を養ふことが出來るのであります。これに反して、乳房を飲み干す力のない弱い小兒に乳を與へますと、元來乳汁と云ふものは、全く空虚にされた乳腺でなければ又十分に充ちて來ないものでありますから、却て出なくなつて仕舞ふものであります。しかのみならず、哺乳兒の哺乳力が少ない場合には、往々その乳母の乳は榨り捨てるとか何とかして他に導かなければならぬ必要がありまして、この場合には他の小兒に殘りを飲ますのが最も善い方法で、即ち乳母の小兒に與へるので御座います、それでありますから、二人の小兒を一人の乳母で哺乳せしめると云ふことは、往々寧ろ只益あつて損のないことであります。

乳媼と共にその生兒をも採用することは、此種の養いと云ふ事の中でも、頗る恩深い業でありまして、場合に依ては、これが爲めにその小兒の生命を保ち、大抵唯だ母乳に由てのみ十分に望み得る所の強健の發育を遂げしむることゝなり、更に一生涯變らぬ母の愛情をその小兒に注がしめることの出來ると云ふことは實に大なる惠と申さなければなりません。乳兒保護事業に於きまして、常に經驗致しますことは、正當の結婚をした婦人でありませんと、貴むべき母たる愛情は、直に冷めて仕舞まして、小供が生れると間もなく他人の養育に任せ、他に出て務めをする事になりますると、其小供に對しては全く無頓着になつてしまふことであります。此母たる愛情と申します者は、その初生兒を毎日自分で世話する事に由て養はるゝ者でありまして、只斯樣にして、その貴ぶき愛の力も出來、母にも兒にも仕合せとなる譯であります。正當に結婚をした母でなくとも、少なくとも最初の半年だけ、その小兒を自分で養はせますと、全く道德心の壞れた者でない限りは、自然母たる義務心が起つて來ていつ迄もその小兒に對して情深い母となつて居る者であります。

佛蘭西に於きまして、ルッセルと云ふ仁は八千八百七十四年に、自分の小兒は七ケ月自分の乳で養つた上でなければ、他人の小兒を扱つてはならぬ、と云ふ法律を定めましたが、この法則に由つて取り扱はれて居る地方では、實際小兒死亡數が減少してまゐりました。然し一般にこの法律を勵行する事は今日でも十分にはいつて居りません。

我邦の法律は、幸にも益々母及び小兒の保護と云ふことに就て心を用ゐられるやうに成つて參りましたが、更に個人の目的に乳媼を雇ふ人々には乳媼の小乳に對する、一定の義務を負はせることは望ましいことゝ存じます。

然し法文を以て、哺乳兒の生命が、もう一層保護せらるゝやうになりますまでは、法律の法律たる良心が、乳媼の乳に由てその小兒を救ふことは、乳媼の

小兒も同じく、その母の乳に依て育てらるゝと云ふ場合にのみ許さるゝと云ふことを、多くの母の心に、義務として感銘せしむべきことゝ思はれます。かくの如き事は哺乳兒死亡の豫防に於て、その祖國に盡すのみならず、又益々同胞人間に對して、立派な義務心を示すところの、人間の社會的向上に力を致す者と申すべきであります。

育兒概論（承前）

さてその次に來る問題は、

小兒は一晝夜に何程の滎養を取るものであらうか

言換へれば

小兒が發育成長して行くのには幾何を要するか

と云ふことであります。

生後第一日及び第二日に小兒の哺乳する量は至て僅のものである、實際母の乳房から出る所の初乳と云ふものは、最初の日は大凡五十瓦、翌日になつても漸く百瓦位しか出ない。三日目になつて先づ二百五十瓦、其次の日になれば一日の全量約四百乃至五百瓦と云ふやうに、稍々急に多く要るやうになつて參ります。而して六週間も經ちますと六百乃至七百第七週になりますと七百から九百瓦位に增して參りまして、第四ケ月目よりは二十四時間に九百から千瓦位飮みます。併しこの量も小兒が乳を飮む毎に何時も同じ量づゝ飮むものではありません、四倍乃至五倍位も差がありまして、その全量も日に依て大分違ふやうであります。尙ほ漸次その乳の成分も變化し、左の乳房と右の乳房とでも異り、各哺乳時期に依て種々變化するものでありますが、これが又丁度小兒の發育に適合して變化して行く所が自然の妙機と云ふものでありませう。

前にも申述べました通り、分娩後直ちに出る所の最初の乳汁は、後に分泌せらるゝものに較べますと多少その成分を異にし、量も少ない。本統の乳が十分

に分泌せらるゝのは、先づ三日目か四日目から始まるのであります。併しこの初日に分泌せらるゝ所の乳は、小兒の爲になるやうに出來て居るのでありまして、殊に下劑たる效能があるのであります、それ故に母が分娩を終へて、後始末も出來て少しく恢復したならば、その兒を乳に附けるのは誠に適當なことである。初生兒の榮養需要は、初め一兩日は至て僅少のもので、寧ろそれよりも安靜と溫暖の方が必要なのであるが、併し乳を吸はせることは子宮の收縮並びに乳汁分泌の上に好影響を及ぼし、且つ乳嘴を引出す效能があるのであります。然しながらこれは別に急ぐ必要はない、小兒は乳房につける前に、六時間、八時間乃至十時間もそのまゝ寢牀の中にねかして置いて差支はないのであります。砂糖水や茶などを飮ませたり致しますけれども、これも全く不必要のことで、寧ろ飮まさぬ方が宜しい。初めて乳を哺めます時には、別に乳嘴に創はなくとも往々痛みを感ずることがあるものであります。左樣の場合にはその過敏の部分は餘程氣をつけなければなりません、これと同時に小兒の口にも注意して、哺乳の前後には必ず弱い消毒液、例へば硼酸水の如きものを以て洗つて、常に清潔にして置かなければなりません。かうして置きますれば、哺乳兒に起り易い口の病、例へば鵞口瘡などゝ云ふやうな、いやな病氣を防ぐことが出來るのであります。

哺乳せしむる時間割

は何うかと申しますと、先づ最初の二日間は四時間置きに乳につけ、晩の十一時から朝の五時まではお休みに致します。第三日目及び四日目は三時間毎に、五日目からは二時間半毎に、第二ヶ月からは復た三時間毎に乳を與へるやうに致しますが、前に申上げました夜の間の時間は何時も同樣に休むのであります。

かうは申しますが、併しその小兒の狀態に由て、如何なる場合にも同樣には參りませんから、決してこれを杓子定規的に當はめる譯には參りません。赤坊

でも矢張それ〴〵個人性と云ふものが有りますから、これを考へてやらなければならぬのであります。これは母親がその愛と智とを以て能くその兒について研究しなければならぬ所であります。併し何れにしても、その兒を規則正しき榮養法に習すと云ふことは、何うしても必要なことでありまして、食事の間を二時間半或は三時間置くと云ふことは、これは小兒の胃は一時間半乃至二時間の後に至つて、その内の物を腸の方に送ると云ふ所から出來た一定の順序でありますが、尚ほ毎回長い間小兒に乳をしやぶらして居ると云ふのも一つの癖であります。尤もその小兒に依て異がありますから、長い時間かかつて哺乳せしめなければならぬ場合もありますけれども、三十分以上も哺乳せしめる必要はありません、通常十五分乃至二十分間で十分であります。又乳嘴を含むだまゝで小兒を眠らしめては善くないと云ふことは別に申迄もないことであります。

凡て小兒の榮養法に秩序あり規律あり、母の生活法を正しくし、小兒の口及び乳嘴を清潔にして能く養生法を守るならば、小兒病院の厄介にならんで濟むことが出來やうと思ひます。小兒科病院に入院する小兒を見ますと、既に母の乳房が惡い爲に榮養を害せられて居るものが往々御座います。即ち乳嘴に創が出來て、十分小兒に哺乳せしめない爲めに乳汁の出が惡くなつたとか、又それが爲めに妄りに人工榮養を企てゝ小兒の胃腸を害し、その結果消化障碍を起し或は衰弱を來してながく恢復しないと云ふやうなものであります。

斯樣な場合に、よく醫者は出しぬけに質問されることがあります。即ちこの小兒は、只今の食物で能く發育して行つて居るのでありませうかと云はれますが、これに答へますのには先づその小兒の外觀、一體の樣子は無論大事なことでありますけれども、唯に見た所ばかりに由る譯には參りません。これには秤を以て體重の增し方を計るのが最も可いのであります。秤は榮養の目安になるのでありますから、相

成るべくは、何れの小兒室にも備へて置きたいものであります。

小兒の體重は、毎週一回乃至二回測りまして、これを書きこめて置くやうにすれば最も可いのであります、普通小兒の生れた時の目方は、先づ大抵二千八百瓦から三千瓦位の間でありますが、初の二日乃至三日の間に、百五十乃至二百瓦位體重が減るものであります。併しその後は又増して參りまして、生後六日乃至八日には、生れた時の目方に復し、第三週より第八週までは、毎日二十九乃至三十瓦づゝ増し、三ケ月、四ケ月には二十六乃至二十八瓦づゝ、五ケ月乃至九ケ月には十五瓦から二十瓦、一年の終にはに二乃至十三瓦づゝ増して行くものでありまして、九ケ月、七ケ月には多少發育が淀む氣味のあるものであります。尚ほ時々

小兒の身長

を測つて見るが宜しい、初生兒は西洋の小兒に就て平均を取つて見た所に依りまするご先づ四十七センチ乃至五十二センチメートルでありまして、初の二ケ月には平均六センチメートル程延び、次の三ケ月には四センチ、六ケ月から十ケ月までは六乃至七センチメートル、後の二ケ月には三センチメートル程増しますから、最初の一年間には身長は全體で大約二十センチメートル程延びる譯であります、斯う云ふ風に規則立てゝ體重を量り、又身長を測つて置きますならば、これは能く發育の狀態を表はして居りますから、往々立派に役に立つものであります。尤も前にも申しました通り、右に舉げました數は、只凡その平均數に過ぎないのでありますから、これに照らして直ちにどうかうご申す譯には參りません、全く尋常の小兒であつても、往々この數ごは著しい差異を示すこともあるので御座います。（以下次號）

小兒の眼（承前）

屈折異常

屈折異常と申しますのは、光線の眼に通り方が尋常でないもので御座いまして、遠視、近視、亂視などと云ふものがこれであります。これはまゝ小兒にもあるので御座います、然しこの事をお話致しますのには、普通の眼の光線屈折の具合を簡單に申上げて置く必要があります。

普通の人の眼に於きましては、遠方の物から來る所の光線が丁度その網膜、即ち寫眞機械の種板に相當する所の眼の中の膜に、明瞭に肖像を映し出す仕掛になつて居りまして、これが爲めには、黑目と稱する所の角膜、瞳孔を拵へて居る所の虹彩の後にあるレンス即ち水晶體などの表面の彎曲が一定して居つて、尙ほ此等屈折體と網膜との間の距離が規則通りに出來て居らねばなりません、即ち眼には定つた眼軸の長さがあるのであります。この寸方通りに出來て居る眼を正視眼と申します。

所が、その眼が、この正規の狀態とは著しく相異して居る人が隨分あります。若し眼軸の長さが普通より短かければ、網膜はそれだけ屈折面に近くなりますから、この場合には、遠くの物體より發する平行光線を網膜の上に纏めますのには、普通の屈折力では足りません、光線は網膜よりも後の方で交叉するやうになりますから、網膜の上には肖像が現はれず、只朦朧とした輪が出來るだけであります、遠視眼と云ふは、即ち斯樣の眼のことであります。それで遠視眼の度は、つまりこの眼軸の短かさに關係して居るのであります。

今度はこれと反對に眼軸の長さが普通よりも長ければ、網膜はそれだけ屈折面より後の方に遠さかつて居る譯でありまして、遠方の物體から來る所の平行光線は、矢張網膜上で會合することが出來ません、それよりも前の方で合ふことになります。それで此場合にも網膜の上に明かな像は出來ず、ぼんやりした輪の如きものが現はれるに過ぎません、斯樣なものを近視眼と稱するのであります。

次に眼の屈折力と云ふものは、通常何れの經線に於

ても略ぼ同樣なものでありますが、往々生來種々の徑線に於てこの屈折力の異なることがありまして、これは大抵角膜の彎曲の具合が色々に違つて居るのであります、その結果物體の一點より來る所の光線が、又一點に集まつて像を結ぶことが出來ず、網膜の上には迚も規則正しい像は出來ません、その物の亂雜な姿が現はれる、斯樣な眼を稱して亂視眼と申すのであります。

遠　視

遠視眼と云ふものは、普通よりも奥行の短い眼で、その結果網膜の上に明瞭な像を結ぶのには、屈折力の足りない眼であると云ふことを申上げて置きましたが、初生兒の眼は殆ど何時も遠視でありまして、眼の長さが増すと共に、網膜は屈折面からの距離も遠くなり、漸く正視眼となるものであります。然るに眼の長さの發育が劣りますと、何時までも遠視狀態になつて居ります、尤もこれには遺傳と云ふことが餘程關係して居るやうであります。

然るに幼年者の眼は、別に眼鏡などの力を借りませんでも、暫くの間は遠視を矯正する力を有つて居るものであります。即ち遠視者は毛樣筋と云ふものを強く働かして、レンスを強く膨らして、網膜の上に明らかな像が出來るやうにするのであります。それで普通の眼の人であれば、只近い所の物を視る時にのみ、強くこのレンスを膨らして調節するのでありますが、遠視眼のものは、既に遠い所の物を視るのにも調節しなければならず、近い所を視ますのには、正視眼の人よりも餘程骨を折らなければなりません。

幼者の眼は、餘り度が強くない限りは、通常これに堪へるものでありますけれども、既に小兒の時からレンスを膨らむ力が衰へまして、遠視の度が強ければ、從つてそれだけ早くこの力が衰へて、長く續いて強くレンスを膨らすに堪へなくなつて參ります。さうなりますと、近い所の物を視ても明瞭には視えない、所謂ぼんやり致します。この際努めて尙ほ十

分に視やうと致しますと、眼に一種不快な痛みを感じまして、往々頭痛を起して參ります。

遠視眼の斯の如く速かに疲勞し、且つ眼の周圍に痛いやうな感じが起ると云ふことは、往々小兒が學校に於て覺えが惡るく學業の進歩しない原因になつて居ることが御座います。而して斯樣な小兒は怠惰で、強情なやうに思はれて、屢々叱られたり罰せられたりするものであります。然しこれは全くその眼の具合が惡い爲めであつて、これを矯正するのは譯のないことであります。即ち眼の屈折力の缺點を補ふ所の適當の度の凹面眼鏡を用ひますならば、一擧にして總ての故障は除かれ、今迄は怠惰で始末の惡かつた兒も、忽ちにして勉強で素直な兒に成ります。眼鏡の度を測定することは、これは何時でも其道の醫師に依賴しなければなりません。

（以下次號）

家庭衛生

延命長壽の妙藥三種

私が今日こゝに御紹介致します延命長壽の妙藥は、決して彼の如何はしき賣藥の廣告に見るやうなものでは御座いません、何人もこれを獲るに易く、その效驗も亦確實にして疑ふべからざる神藥で御座います。

先づ第一の神藥の處方を明かしますと、それは吸入藥で御座いますが、なか〳〵昔の漢方藥にも劣らぬ程種々の藥品から出來て居る合劑でありまして、酸素、窒素、炭酸が主な成分になつて居りますが、これを適當量の水蒸氣を以て揑り合せたものであります。然るに近頃に至つて、この秘藥の中には更にアルゴン、ヘリウム、クリプトン、メトアルゴン、チオ

ンなどゝ云ふ種々の名藥が極少量づゝ配劑されて居ることが分かりました。尚は普通は、この外に少量のオヅオーン、過酸化水素、硝酸、亞硝酸、アンモニア等を含んで居るものであります。此藥は斯樣に種々の藥品が調合されて居りますけれども、その純品は無色透明、色も臭も味も無い、又至て輕いもので御座います。

此の藥の效能に至つては、實に廣大無邊、迚も一朝一夕に御話の出來る譯のものでありませんが、先づ吾々がこれを吸入すれば如何なる作用を呈するかと申しますと、肺に至つて血液に觸れ、全身に徧つて、その榮養素並に身體を構成して居る所の物質に酸化分解の作用を呈しまして所謂活力を生ずる所の靈藥で御座います。斯樣に申しましても、これは效能書の一部分、而かも極めて概略の效能書に過ぎません、併し既にこれだけでも如何に貴重なる仙藥であるかゞお分かりになることゝ存じますが、この仙藥こそは卽ち世に空氣と申すもので御座います。

人間のこの世に生れ出るや、その始めて觸るゝ所のものはこの空氣である、その刺戟に由て起る所の最初の運動は呼吸運動である、この運動は卽ち空氣を吸ひ且つ吐く所の運動であります。三寸の息長く絕えぬれば、最早此世の人ではない、イキル、とはこのイキとその語根を同じうして居る言葉である、イキは卽ち呼息、延いては呼吸のゆゑである、卽ち空氣の呼吸である。然れば縱令飮食を絕つとも、この空氣のみは二六時中暫しも缺くことの出來ぬ、人間無上の延命長壽の妙藥と申さなければなりません。既に藥と云ふ以上は、又その用法を知らねばなりません、これを知らねば藥も反て毒となり、あたら延命長壽の靈藥も、空しく人を殺すに至らぬとは限りません。昔は己その內に在りて絕えずこれを呼吸しつゝも、眼に觀えねば徒に空とのみ稱したが、今日ではこれを秤にかけて、一々その成分までも目方に測り得る物となつた。吾人が一日に要する此の藥の量はそも幾何と云ふに、驚くべし凡そ一萬一千五百

リーテル、即ち大約六十三石餘と云へり、斯くも大量の名藥を價無しに日々持藥として服用せる吾人は、殆どその貴きことを忘れ、從つてこれを汚して意とせず。又その良不良、純雜も甚だ意に介せざる有樣であるが、不良品中には多數の塵埃、その中には又黴菌、殊に病原菌をさへ含み、尚ほ諸種の有毒瓦斯を含むで居る。これは時により、場所によりて大に差異あることであるが、室内の空氣は最も不良である、市中の空氣は郊外のものに劣ること著るし、古來仙人又は隱者など、稱するもの、比較的長壽を保てりてふ物語は、一つは山野に在りて常に新鮮の良空氣を服せるに由らずんばあらず、吾等も亦努めて居室の空氣を汚すことを避け、屢ゝ窓を開きて新鮮のものに換へ、機會ある毎に郊外に散策して十分に佳良の生氣を吸ふに勉めなければならぬ。又俗に朝起三文の德ありと云へる、その一文は少なくとも、この新鮮の空氣を呼吸すると云ふことにある。此の靈藥の何物なるかを知らば、室内の清潔を保ち、灑掃の等閑に附すべからざることも、又その掃除法の適否も自ら判斷することが出來る譯である。今日我邦普通の居室は、この延命長壽の妙藥を容れて置くには、餘り適當の器とは思はれない、少なくとも塵埃と云ふものは、此意味より考ふれば甚だ宜敷からぬものである、恰も樂園の底に常に塵埃を沈澱せしめ置くに異らぬ、漸次何とか改良の策を講ぜざるを得ぬものと思ふ。尚ほこの藥を長く一室内に貯藏する時は、人の呼出せる瓦斯、火鉢より發する瓦斯、塵埃等に由りて有害の毒藥と變ずるを以て時々窓を開きて新鮮のものと取換へることを怠つてはならぬ、この藥の用法上の注意は略ぼこれだけに止める。果してこの用法に從はゞ延命長壽疑ふべからざるものである。

（以下次號）

食事の度數に就て

食事の度數は、今日では一般に三度が普通になつて

居りますが、昔は二度で御座いました、更に佛家では定まつた食事は一日唯一度で御座います。古い書物を見ましても朝げ、夕げと云ふことは屢々見えますけれども、遂に晝げと云ふ言葉は見當りません。これは上天子様より下々のものまで左様であつたやうで御座います。尤も乳母などは内々で三度供せられ、又勞働者も中食をし、普通の人も所謂小食は食べたやうでありますが、兎に角定まつた食事は朝夕の二食で御座います。

この食事の度数は、その食物にもより、又職業にも依ることでありまして、昔は一般に強飯を食べて居つたので御座います。鎌倉時代迄は確かに二食であつたことは、彼の北條氏康がその子の氏政が食するさまを見て、

凡そ人間は高きも卑きも一日に兩度づゝの食なれば之を斟酌せずと云ふことなし、一飯に汁をかくる積を覺へずして足らざるとて重ねてかくるは不器用なり云々

と申して居りますから、高きも卑きも一日に兩度づゝの食であつたことが分かります。

又僧無住の雜談集には

昔は律僧只朝夕一度しけり、次第に器量弱くして非時と名づけ、日中に食し、後には山も(比叡山)奈良も(興福寺)三度食す

と御座いまして、僧侶の食事の度数の變遷が分かります。

尚ほ瓦礫雜考と云ふ書物には、

説耳に、夕飯喰ふさへ、佛のいましめて非時と名づけたまふ、況して夜飯くふ事、佛の御心にたがひたる事也、されども大工屋根葺、すべての職人冬の短日といへども、きはめて夜めしをくふ、然らば職人はなべて、佛の罪人にしろ、後の世も恐ろしき事なるべけれど、つゐに職人の地獄といふ事を聞かず、中食くはぬ佛家の佛になりたる證據もなし云々

などいへど、此頃は武家も中食くはぬことなきにあらねど、只そのかみのさだめを、か

くいへるなめり。武家もと二食にはあれど、軍陣その外骨をりはたらく時は、一日五合の限りにはあらぬなるべし。

とありまして、矢張昔は僧侶は朝食のみにて、夕飯喰ふさへ非時と名づけ、武家は中食せず、大工、屋根葺等の職人のみが、きはめて昼めしをくふたものと見えますが、室町時代になりましては、強飯がすたれて、鍋釜を以て米を炊ぎ姫飯として用うるやうになり、食事の度數も京邊の人は朝夕の外に昼食を入れて三度の正食となり、僧侶も三度食することゝなり、武人のみが尙ほ暫くの間二食を守つて居りましたが、德川時代に至つてこれも遂に三度の正食となつて仕舞つたのであります。

今日では、粥を常食にして居る或地方の農家などでは、一日に六度も食事する處があるさうであります。

又印度人や西洋人は四食をなすものが多いと聞いて居ります。

斯様にその時代により、地方に依て食事の度數の異りますのは、前にも一寸申しました通り、食物の性質、又職業の如何等に由り、例へば、強飯なれば一度で足りるが、普通の飯なれば二度、粥なれば三度でなければ足らぬと云ふことにあり、僧侶などの如く勞働せぬものは一度でも足りるが、大工等は少なくとも三度食べなければならず、暑い國のものは少しづゝ數回食するが、寒國のものは二三回に多量を取ると云ふやうな譯でありますが、一つは習慣であります。次にこの食事の度數の衛生上の關係に就て申しますと、先づ第一に胃に於ける食物消化の時間を考へて、それから割出して論じなければ、確かな議論は立ちません、扨て普通健康の人の胃は、何時間位で一回の食物の消化を了るかと申しますと、凡そ五時間を要するのであります。それで朝の七時に食事致しますと十二時頃までにはその消化を了り、十二時に食べたものは、五時頃に消化し、五時に攝つた食物は十時過には略ぼ消化を終る譯でありますが、斯様に前の食物がまだ消化し了るか了らぬ

中に、後から〳〵と食物が押掛けて行けば、胃は十五時間の間少しも休みなしに働かなければならぬことになります、これでは胃も勞れますから、何うしても右の消化時間よりは三十分乃至一時間は後れて次の食事をしなければ胃が可哀想であります。口ばかり可愛がつて、胃を虐待しては、ちと依怙贔負と云ふものであります。

斯様に胃は手足などの働きと同じく、長く働けば疲勞致しますから、矢張休息をさせる必要が御座います、休息した後には又元氣を出して能く働きます、それで先づ朝飯を戴きますと、久しき休憩の後でありますから胃は熱心にその職務たる消化に勤めますが、續いて晝食の消化に取掛りますと、午前程の勢は無い、五時間でかたづくべき仕事も、六時間かゝると云ふ譯でありますから、朝七時の朝食、十二時の晝食とすれば、夕食は先づ何うしても六時か六時半が適當の時刻であります。これを考へずに、冬分などは、もう燈がついたから夕飯にするとか、いや明るい中に濟まして仕舞はぬと勝手が片付ぬなどゝもう四時頃に無理に夕食を認める家がありますが、かうなると胃の中に新舊の食物が雜居して參りますから、胃は驚く、否その千客萬來に呆れて、うんざりする、即ち所謂食傷の氣味であります。

尤もこの時刻は食物の性質に由て異なるわけでありますから、朝に粥と卵をすゝつて、置けば、無論、晝までにはお腹が空き、晝に食麵包半斤に鹽をつけて辨當を濟ませば、勿論四時か五時頃には夕飯を食べても差支はありますまい。何れの國に於きましても三食同様ではない。西洋でも朝はパンにバタと茶或はコーヒーとすれば、晝食には卵と肉と野菜、夕食にはスープと鳥肉と云ふやうな風で、晝食をチンナーとして御馳走すれば、夜食はサーパーで、あつさり濟し、晝は下輕くランチで濟ませば、その代り夜は多少御馳走を拵へてチンナーとすると云ふ具合であります。晝食と夜食との間に午後の四時か五時頃に取る間食は、これは單に茶ばかり飲むこともあ

り、又菓子を少々食べる位のものであります。英國などのやうに朝に比較的御馳走を食べる所では、従て、晝食が手輕になります。我邦に於きましては、普通朝は米の飯に味噌汁に漬物、晝は何か魚がつき、夜は町家では矢張野菜の煮物に香の物位でありますが、勞働者其他の辨當連は、夕食が三度の食事中最も御馳走を供へる膳でありますから、其の食物の厚薄に依て食事と食事との間隔を加減しなければなりませんが、要するに前に述べた胃に於ける消化時間の標準に依て、胃も疲勞を來すものである、從つて休憩を要するものであると云ふことを忘れずに、加減して行くならば、餘り胃を毀すことは無からうと思はれます。

看護法（承前）

二、患者の世話

病人が朝目を覺しましたならば、先づ手水を使はせます。場合に依ては茶或はソップなどを與へて、それから手水を使はすこともありますが、朝の食事が濟みましたならば、必ず身體を清めなければなりません。どうか致しますと、病人に強ひて手水を使はせずとも宜からう、わざ／＼清潔な下著を著せなければならぬと云ふでもあるまいと思はれることが間間ありませうが、これは決してあつてはならぬ考であります。

顏や手は毎朝清潔にしなければなりません、尚ほ病人は齒を磨き口を嗽がなければなりません。若し自分で出來ぬやうな狀態であれば、看護の人は少なくとも濕ほした布を以て口中を拭いてやらなければなりません。又特に婦人に於きましては毎日髮の縺れぬやうに櫛梳つてやる必要が御座います。

又患者には時々全身浴をさせる必要があります、特に多く發汗する病人にありては必要のことであります。これが出來ぬ場合には、止むを得ませんから全身を拭いてやります。此時には無論身體の一部分づ

つ順次に著物を脱がして行ふのであります。殊に不潔にする患者を取扱ひます時には、直ちにこれを清潔にし、場合に依ては新しい洗濯物に更へます。

病人の著物は、男子は筒袖、女子は長襦袢の如きもので宜敷く、新しく洗濯をした物は、冬はこれを著せる前には能く暖めなければなりません。身體を動かすことの難儀な病人でありますれば、著物は後方でしめるやうにし、釦などは用ひずに紐で留めるやうにするが宜しい。

西洋人の如く好んでシャツを著て居る病人でありますれば、その脱がせ著せは一寸面倒ですが、先づ脱がせます時には、シャツを前後からまくり上げ、腕と頭を上の方に擧げさせて、後から頭越しに脱がせます。又著せる時には、これと反對に順序に行へば可いのであります。腕を傷めて居るものなどに著物を著せる時には、傷めた方の手を前に通し、脱がす時には健康の方を前にしなければなりません。こんな事は分かりきつたことでありますけれども、實地に當つては隨分トンチンカンの事をして困ることがあるものです。

病人の寢牀は、十分整然として置かなければならぬと云ふことは申迄もないことでありますが、枕は度手を以つて揉み或は搖つて、つぶれたのを直してやり、敷布は皺のよらぬやうに延ばし、食物の屑などのこぼれて居ないやうに注意してやらねばなりません。

衰弱した病人になりますと、よく枕から頭をはづすものでありますが、その時には牀の傍に座つて、靜に兩手を背の下に入れて、うまく擧げてやらなければなりません。

寢牀は、能く整頓して置きますのには、毎日一回乃至二回は牀更しなければなりません。尤も特別の理由があつて醫師が豫め差止める時は別です。牀を更へます時には、獨或は二人で、病人を抱き上げて、暫時第二の牀に移します、或はソファに休ませ、又

は椅子に腰をかけさせて置くのであります。一人で患者を扱ひますのには、一方の手を患者の背の下に置き、他の手は患者の上腿の下に置き、患者は出來るならば、運ぶ人の頸に腕を掛けるやうに致します。而して此際その胸を以て荷を支へるやうに、上體を少し後方に反らすと餘程らくで御座います。二人で運びますのには、一人は只今申上げたやうに致しまして、上體を支へ他の一人は臀部と脚を支へて運びます。第二の寢臺やソファーは、その頭の端の方が、元の牀の足の方の端と揃ふやうに竝べますと、移す時にその間を只半環を畫いて廻れば宜いから大變便利です、然し細長い室なれば止を得ませんから、縱に二つ竝べなければなりません。

敷布などを取代へます時には、その舊い物は、兩側からこれを巻いて、患者の身體を少し擧げて、速かに取り去り、その新しい物を同様にして敷き擴げるのであります。

善く看護致しますならば、病人が牀ずれを出來すと云ふことは甚だ稀なものでありますが、瘦せた人で、殊に屢く牀を汚す病人とか、又は或神經病に罹つて居る病人は特に牀ずれを生ずる傾がありますから、看護者は十分これに注意しなければなりません。

通常只の牀ずれと、壞疽性の牀ずれ、即ち褥瘡と區別致しますが、普通の牀ずれと申しますのは、最初その部分の皮膚が赤くなりまして、遂には表皮が無くなり、その所が濕つて、傷が出來るものでありまして、隨分大きくなることが御座います。これの出來ます所は、踵、薦骨部、肩胛、又は腰の横の部分とか云ふやうな、凡て皮膚の下に直接骨が在る部分に出來たがるものであります。

これよりも烈しい褥瘡になりますと、青黒い斑が皮膚に出來まして、これが段々大きくなり、益々黑くなつて參ります、而してその周圍の部分は赤くなり、皮膚の黑い部分は壞疽に陷り、乾固まつたやうになります。斯樣になつて久しく經ちます中に、これが脫落て、その下に清潔な性質の善い創面の現はれる

こともありますが、又その下に膿が出來、周圍の皮下組織に浸潤して行くことがあります。この場合に往々その部分より血液中毒を起しまして、生命にもかゝはるやうになつて參ります。

この牀ずれを防ぎますのには、病人が只同じやうにばかり臥ね居らずに、左りを下にするとか或は右を下にするとか又仰むけになるとか、度〻その臥方をかへることが肝要であります。若し牀ずれが出來さうになりました時には、毎日數回其部分をカンフル酒精、又はブランデー或は酢のやうな物をもつて拭いてやるのであります。

又出來るならば薦骨部には輪形の空氣枕をあてるか更によいのは、水枕を布でつゝむであてゝ置くことであります。護謨は兎角熱くなり易い傾があるからであります、この水枕に、水を入れる加減は其上に手が置いて、反對の側に壓し付かない程度に滿すのでありまして、つまり兩方の護謨面の間に、薄い水の層があるやうになつて居ればよいのであります。

褥瘡が出來ましたならば、これは早速醫師に告げてよく診て貰つた上で適當の處方をして貰ふ事です。皮膚が紅くなりましても、拭いて差支はありませんが、然し既に傷が出來ましたならば、靜かに注意して洗つて、亞鉛華或はイヒチオール軟膏などを伸ばした軟かな布を貼り、或は適當の藥を塗つて繃帶をして置かなければなりません。

壞疽性の褥瘡になりますと、最初の内は只今申上げたと同樣の手當で御座いますが、後になりますと、カンフル酒、或は醋酸礬土水の如きものを以て罨法を致しまして、死んだ皮膚の脱落を促がさなければなりません。そうして潰瘍面があらはれましたならば、醫者の指圖に由つて適當の處置を施さなければなりません。



質疑

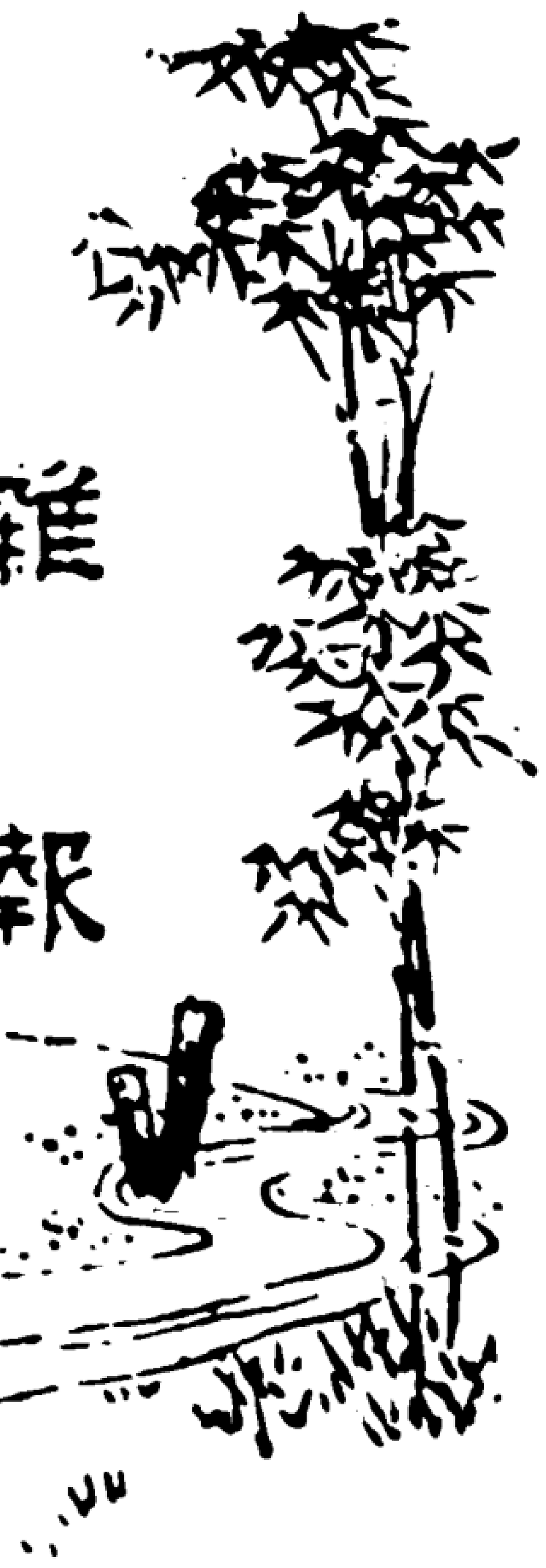
問● 左の下マブタの處に蟹の目程の黒きホクロある者自分で除き得る方法御教へ被下度御ついでの節雜誌上にて宜敷候間奉願上候
（須、く、子）

答● 母斑を除きますのには、電氣を通じて除く法もあり、切除いてしまふこともあり。薬品を用ひて除く法も御座いますけれども、初の二法は無論御自分では御出來にならず、先づ第三の藥劑的療法で御座いませうが、而しこれも皆劇しい腐蝕藥を使ふので、殊に目の附近などは危險ですから、輕輕しく御傳授致す譯には參りません、先づ〳〵皮膚病専門の醫師に就て御療治なさるが第一です。右の理由に依て遺憾ながら満足の御答を致すことが出來ません。

問● 拝啓 私方六歳の小兒（男子）過日大便と共に一つ生きたるまゝの蟲出候が、別に身體に故障も無之候へども、是は通常の蟲下しを用ひたるのみにて宜敷きものにや又は醫師の治療を受ねば害あるものに候や伺上げ奉り候。
（梅、し、）

答● 蛔蟲が生きながら排出されたとすれば、まだ腸の内に殘つて居るものがありますから、驅蟲劑を用ひた方が宜しい、無論賣藥の驅蟲劑でも差支ありますまいが、驅蟲劑は何れも中毒を起し易い藥ですから氣を付けなければなりません、蟲が全く出てしまつたか、まだ居るかは、糞便を檢査して卵の有無を見なければ分かりません、醫師の治療を受けねば害があるかどうかと云ふお尋ですが、大人なれば蛔蟲が居りましても特別の場合の外は害は致しませんけれども小兒は時々これが爲めに種々の症状を起すことがありますから、出して仕舞はなければなりません、先づ醫師の治療を受け

ねば害があると申すものでせう。



雜報

○小學生身體檢査改正

文部省にては小學兒童の身體檢査規程を改正し來る四月より實施することゝなりたるが、その改正の要點は、第一これ迄の身體檢査には身長胸圍等を測るに凡てメートル尺を用ひ來れるも、メートル式にては折角の通知も家庭にて用を爲さぬ向も少からざるを以て、兒童の健康發育に注意を促すには、日本尺を用ふるを可とすと云ふ點よりの改正、次に齲齒は大に注意すべき事項なるを以て、單にその有無のみならず、更に精密の檢査を要するにつき、その檢査法の改正、第三には身體檢査の際、本人の健康狀態に就きて特に注意を要する事項は、これを檢査票に記入して、家庭及び本人の參考と爲さしむるにありとのことなり。

○サッカリン使用の食物

サッカリンを矢鱈に用ふることは禁止されて居るけれども、何分砂糖に比すれば數百倍の甘味が利くので商人共は、相變らずこれを使用し近來は、菓子のみならず蒲鉾、ハンペン、甘酒等にまでこれを使用して居るとのことである、少量なれば害はないが、多過ぎれば多少害がある、何れにしても砂糖を欺く不正品である。

○女子職業學校長の榮譽

共立女子職業學校宮川保全氏は明治十九年女子職業學校を創立し熱誠を以て女子職業教育の好模範を示し今日に至るまで卒業生を出せること既に四千人に近く此の事畏くも天聽に達し藍綬褒章を下賜せらるることゝなり十六日文部省に於て眞野實業學務局長等列席文部大臣より親しく褒章を授與せられたり。

○恐るべき安ブランデー

先月の末一人の車夫が本所のある居酒屋で一杯四錢五厘のブランデーを三杯飲んだ所が非常に心地惡しくなり仕事を休んで家に歸り、吐いたりして寢たが、翌朝になると氣分は直たが兩眼は失明して居たとのことで、右は三井慈善病院眼科部長の宮下學士が診察さて、段々取調べて見ると、そのブランデーと云ふのはメチールアルコールに單舍利別を混じた惡酒で、これが爲に失明するに至れるなりと云ふ。

○買藥の危險

京橋區鈴木某方の雇人が去る十五日胃病に苦しみ近邊の藥種商に就て藥を求めしに、同家の藥劑師は自ら處方調劑して與れたるより、これを服用せしに乍ち苦悶し始め、醫師を招きて手當を受けたるが、ヤーラッパ、甘汞等の劇藥を而かもやゝ多量に調合したる爲と分かり、右の藥劑師は明石署りよ賣藥法違犯として告發されたりと。

○有害の白髮染

日本橋區某店で賣る白髮染め千代ぬれ羽は使用者中に皮膚を損する者あり警視廳は該品を分析の結果有害物と認め各署へ、小賣店にある現品を押收の上發賣禁止方を命じたり。

○東京の理髮店

東京の市内及び郡部の理髮店を合すれば其數無慮三千六百五十幾軒かになるさうである。而してその毎日刈つたり摘むだりした髮の毛は皆信州方面へ搬び出して桑畑の肥料にすると云ふことであるが、フケと砂交りの塵埃は一日に三百七十五六貫位出ると云ふ話。

○東京の獸肉及び牛乳消費量

昨年中の東京府の衞生に關する統計に就て見るに、獸肉及び牛乳の消費量は左の如くである。

獸肉の消費量　昨年中の屠獸數は、牛三萬二百六十二頭にして、其斤數九百九十七萬四千七百九十六斤、馬一萬二百二十一頭にして、其斤數二百二十九萬七千四百四十七斤、豚四萬一千四百三十一頭にして、其斤數三百十八萬三百二十五斤、羊百

六頭にして、其斤數三千八百六斤なり、而して殺上屠殺頭數一日平均は二百二十四頭、屠殺斤數一日平均は四百二十三萬四千六百二十三斤なるが、人口百に對する一日の消費斤數は、僅に一斤七分五厘に當れり。

牛乳の消費量　府下に於ける牛乳榨取、並に販賣營業者の數は四百四十四人にして、同上請賣營業の數は一千三百十七人なり、而して乳牛の總頭數は六千四百五十四頭にして、其の榨取乳量四萬二千九百三十八石二斗七升、平均一日の榨取乳量は百十七石六斗三升九合にして、人口百に對する一日の牛乳消費高は四石八斗八升なりと

○獨逸婦人の徴兵

近頃獨逸では婦人を徴發して衞生隊と輜重隊に服役せしめては如何と云ふ問題が起つて大分議論が盛な樣子である。英國には既に婦人義勇衞生隊があるけれども普通の兵士のやうに義務として婦人を兵役に服せしむると云ふは、亂暴なことで。到底贊成すべきことでもないが、これも女權擴張運動などゝ騒ぐその反抗であつて、女子の男子化して來た弊害と認むべきものであるとの評である。

廣告

○大日本婦人衞生會

收支決算報告書（自明治四十四年三月 至明治四十五年二月）

收入

一金五千六百五拾壹圓七拾貳錢參厘

内譯

金參千參拾六圓參拾壹錢參厘	前年度ヨリ越高
金千八百四拾五圓貳拾八錢	會費
金六百拾四圓七拾錢	寄附及懇親會費廣告料
金百拾六圓四拾五錢	預ケ金利子
金參拾八圓九拾八錢	雜收入

支出

一金貳千五百七拾五圓八拾四錢

内譯

金五百貳拾圓	報酬及雜給
金壹圓五拾五錢	備品費
金千五拾五圓八拾七錢	圖書及印刷費
金參圓貳拾壹錢	筆紙墨文具
金四圓四拾貳錢	消耗品
金九拾七圓壹錢五厘	通信運搬費
金四百八拾六圓貳拾貳錢五厘	集會費
金百七圓五拾五錢	雜費
金參百圓	借家料

收支差引殘

一金參千七拾五圓八拾八錢參厘

内譯

金貳千八百五拾圓	三井銀行預金
金拾貳圓七拾六錢	東京貯蓄銀行京橋支店同上
金參拾四圓九拾八錢	振替貯金
金五拾圓	借家敷金
金百貳拾八圓拾四錢參厘	手元有高

以上

○米澤支會の新年宴會

同會員は相變らず熱心に會の爲めに盡力しつゝあり、本年の新年會は都合上二月四日に開會したるが近年稀なる盛會にて、左の順序に依り擧行せる旨通知ありたり。同支會の益々隆盛ならんことを祈る。

午前九時開會

一、開會の辭

二、君が代合唱

三、講演及談話

トラホームの話　矢島眼科醫

奇麗こ穢いこ云ふ事　猪股氏

四、晝餐、茶菓

午後、餘興

一、出た／＼月や、一寸法師等　會員令嬢數名

二、琴曲　會員諸姉（横山千代子指導）

八千代獅子　早春

六段　早春の興

新松づくし　末のちぎり

越後獅子（琴、三味線合奏）

三、福引

午後四時閉會

○春蒔草花種子の無代配布

例年の如く岡山縣邑久郡長船農事試驗場草花部にて配布する西洋新草花の花名左記弐拾種にして送費袋代として郵券拾錢を送る者に贈與する由通知ありたり。

○新輸入菊咲天竺牡丹　　○同コスモス、クロンタイク
○同黒花大輪スミレ　　○同萬重最大輪菊花狀日向葵
○同カリプシス、ラジアタ　　○同ヒビスカス、アフリカナス
○同新種金蓮花　　○同ボクシヤ朝顔
○同最大輪咲撫子　　○同桃色夕顔
○同スター、フロツクス　　○同最大輪咲ベチユニヤ
○同最大輪咲三色スミレ　　○同萬重翠菊
○同萬重最大輪咲百人草　　等なり

尙ほ同試驗場にては右無代配布の理由として左記の別紙を添へたり

一本場ハ明治三十六年ノ創立ニシテ本縣農會郡農會長ノ指揮ヲ受ク

種苗ヲ無代配布スル事滿八ケ年多數ノ申込者ヨリ嘗々禮狀ヲ受ク併シ何故ニ高價ナル新輸入珍奇ノ草花有益種苗ヲ年々多數ノ人ニ無代配布ノ出來ル理由ハ本場ノ主旨則チ種苗ノ交換ニアリ各原產地ノ種苗ノ交換ノ取扱ヲナスル其取扱ニ就テ要スル處ノ費用則チ荷造費ト送費袋代等ガ何品ヲ問ハズ（十種ニ付郵券五錢ト定メタノデアル）交換スベキ種苗ヲ持合ナキ人ニ原種ヲ無代配布スルニモ貳拾種ニ付荷造費トシテ切手拾錢ト定メタノデアル故ニ交換依賴者ハ原產ノ種苗及持合アル處ノ珍種ヲ返禮トシテ寄贈セラレマスカラ事實上ハ自然ニ種子ノ交換トナリテ居リマス多數ノ取扱ヒマスト規定料金ニ剩餘カ出來マスカラ其金ヲ以テ每年歐米其他各種ノ新種子ヲ多數ニ購入シ試驗地ニ栽培シ多量ノ種子ヲ採收シ亦熱心ナル贊成試作員ニモ採種ヲ委托シ以テ配布普及スルノデアル本場ノ主旨ハ各自播種シテ殘餘トナリシ不用ノ種子ト希望ノ新種ト無料交換ヲスルノデアルカラ各地園藝家ヨリ大贊成ヲ受ケマシテ各々採種ノ種子ヲ多量ニ寄贈セラレシ故寄贈ヲ受ケタル種子ヲ以テ全國各學校園ヘ順次ニ寄附スル事ニ定メ各府縣廳ノ手ヲ經テ配送スルコトニ致シ居マス

東京府、大阪府、京都府、岡山縣、宮城、長野、福岡、廣島、神奈川、熊本、高知、長崎、其他三十五縣下貳拾五萬袋ヲ寄贈セリ

種苗交換配布取扱處
岡山縣長船農事試驗場

○本會入會者

○小宮せん子紹介

●牛込區早稻田南町三〇　通常會員　橋本よし子

高田直子紹介

●山口縣佐波郡田村字勝坂　通常會員　岡村もり子

●山口縣佐波郡三田尻字中塚町　通常會員　橋谷つや子

○莊司秋次郎紹介

●本郷區東片町三三　通常會員　早川壽多子

●本郷區西片町一〇にノ四八號　通常會員　宇都野澄子

●本郷西片町一〇宇都野方　通常會員　新保小春子

○事務所申込

●吳市五番町三丁目增井方　通常會員　佐藤貞子

●鹿兒島縣鹿兒島郡谷山村上福元六二七　通常會員　相原磯子

●三重縣度會郡內城田村字棚橋　賛成員　細川貞男

○轉　居

●日本橋區佐內町七八へ　岡崎房子

●横須賀市中里町九四へ　櫻井かなゑ子

●牛込區矢來町三僑殿三七へ　甲崎きよ子

●芝區高輪南町毛利邸內　木梨みよ子

●朝鮮京城大和町二ノ第四五官舍　角田つね子

本會例會

來ル四月六日例會開催スベキ處都合ニ依リ今回ハ休會致事ニ相成候間此段會員諸姊ニ謹告ス

三月

私立大日本婦人衞生會

◎新時代之要求に適合せる王冠印分娩具の提供

泰西の人は曰く其國文明の程度は砂糖の消費高に比例すと謂ふ、今分娩具（一名産ぶとん）の使用高に依り其國婦人の衛生思想の如何を測知し得べきと謂ふも敢て過言にあらざるべし、是分娩具の使用に依て分娩時に起り易き彼恐るべき産褥熱等の傳染病を防ぎ、安全に婦人の天職を完ふせしむる事を得ればなり、故に賢明なる婦人は分娩時に際し熟練親切なる産科醫及産婆の招聘と相俟て、最良なる分娩具の使用を缺せ給はざる所なりと信ず弊店發賣の王冠印分娩具は材料を特撰し、著明なる産科醫の指導と各産婆の助言に基き多年改良に改良を加へ完全に消毒せるものなれば已に理想的の分娩具なりと、世に嘖々の好評を博せるものなれば衛生を重ぜらるゝ婦人は必ず御使用あらん事を乞ふ

定價

金壹圓五拾錢より拾五圓まで

御注意

各産婆諸姉の御好に依り附屬品の多少異なる事あれば御註文の際御かゝりつけの産婆に一應御相談下され候はゞ弊店の好都合に存じ候

御申越次第定價表進呈市內は御註文次第即時配達地方は小包料荷造費を申受候

◎粘着、發火之虞なき亞麻仁油紙の完成

（見本進呈）

從來の亞麻仁油紙は粘着、發火の虞ありて永く保存に堪へず、常に醫家の不便とせらるゝ所なり、弊店此改良を企て、多年研究の結果全く是等の缺點を除ける亞麻仁油紙を完成致候間常に不便を感ぜられし醫家は一度御試用の上其眞價を知らん事を乞ふ、其他衛生材料は何品に限らず材料の精撰に重きを置き價格は最も低廉を以て御用命に應じ候間何卒御愛顧を乞ふ

日本女子大學校　櫻楓會
英和女學校　王女會
女醫學校　精研堂病院
小此木耳科病院　明々堂眼科醫院
東京至誠病院
御用

王冠印分娩具
衛生材料商

東京市小石川區茗荷谷町六十番地

阿部商店

私立大日本婦人衛生會發行

醫學士 渡邊房吉著

家庭醫學 活ける家

洋裝全一冊
定價七拾錢
送料金八錢

大賣捌
東京市本郷區春木町三丁目卅二番地 南江堂支店
東京市神田區表神保町三番地 東京堂書店

本書は嘗て婦人衛生雑誌第二百十號より第二百四十九號に亙りて連載されたる『活ける家』を取纏め更に修繕改築を經て成れる靈殿なり其宗廟の美百官の富に至ては已に一度會員諸姉の觀覧を經たる所今敢て贅せず、乞ふ一本を座右に備へ更に他に向て推薦せられむことを

本會々員ニ限リ二割引トス

私立大日本婦人衛生會

婦人衛生雑誌代價及廣告料

代價

一冊 定價金貳拾錢 郵稅壹錢
三冊（三ヶ月分） 前金郵稅共 金四拾五錢
十二冊（一ヶ年分） 前金郵稅共 金壹圓八拾錢

廣告料

一頁六十二行 一行二十三字
壹頁 金五圓 半頁 金貳圓五拾錢
○特別廣告 壹頁金拾圓 半頁金五圓
○半頁以下行數ヲ以テ計算スルモノハ一行二十五錢

規定

○本誌講讀申込ノ節ハ前金三ヶ月分以上本會事務所宛ニ送附セラルベシ但シ見本ハ郵券ニテ貳拾壹錢代用苦シカラズ○本誌休讀ノ節ハ速カニ報知セラルベシ通知ナキ分ハ講讀者ト見做ス但シ後金ニハ割引ナシ○轉居ノ節ハ新住所通知セラレタシ

明治四十五年三月十七日印刷
明治四十五年三月二十日發行

編輯者兼發行者 東京市本郷區駒込追分町二十九番地 菲司秋次郎
印刷者 東京市本郷區駒込林町百七十二番地 今井甚太郎
印刷所 東京市本郷區駒込林町百七十二番地 杏林舍

發行所 東京市麴町區富士見町二丁目三十二番地 私立大日本婦人衛生會事務所

賣捌所
東京市本郷區龍岡町 吐鳳堂
同市銀座四丁目 東海堂
同市京橋區鎗屋町 耳明堂
同市本郷區本富士町 明文館
同市同區春木町 南江堂支店
京都市寺町二條南入 若林茂一郎
東京市日本橋區呉服町 北隆館
同市神田區表神保町 東京堂
同市本郷區本富士町 盛春堂
名古屋市本町三丁目 丸善書店

四月の卷發行

定價 一冊貳拾八錢郵税貳錢五厘 六冊前金郵税共壹圓七拾錢

新婦人

繪畫及寫眞版

月の都 玉兎花に戯れ温波春を溶して流る（油繪極彩色）……川村清雄筆

春意動く 美人嬌羞を含みて香膩肌に滴らんとす（石版極彩色）……福永耕美筆

今宵の主 二嬌は花に憧がれ花は二嬌に迷ふ（彩色入）……寫眞

久邇宮殿下同妃殿下 久邇宮家女官●毛利子爵令嬢●洋裝和裝の小笠原伯爵夫人●津久井大佐夫人●寺田法學士夫人●長崎宮中顧問官夫人●原田罩光女史 女子大學 弦木芳江子 大和きく子嬢●中山豐子嬢●田中千代子嬢●伊勢本久吉氏夫人●上野あや子嬢●松山棟庵氏令嬢●高橋淺子嬢 帝劇 水野早苗嬢●北山……柏木菊子女史其他

花美なるか新婦人美なるか艷陽四月の櫻

花號 昔時の墨堤と今の墨堤（大倉喜八郎）櫻と日本の

女（兒玉花外）美人花を嫉む（花笠紺子）國粹を咲く櫻（前田曙山）

外人の眼に映ぜる櫻（林愛作）山の神の由來（井上與十庵）危險なる老廢 小野文學士

如何にせば自由に男女兒を擧げ得べきか●不得已獨身生活 尾上浪子……

卷末附錄 家庭日誌 四月分 温度表 晴雨表 獻立表 來客控●九星[illegible]添

新婦人見本 一冊郵券二錢 賣捌所は全國著名の書林雜誌店

發行所 東京市本郷區龍岡町 振替東京三〇五八番 聚精堂 電話下谷一六一七二番 電話下谷四〇七九番